یوگ کے عملی سبق

سوامی ویویکانند

یوگ کے عملی سبق

تصنیف لطیف

سوامی وویکانند [illegible]

مؤلفہ

بابو شیو برت لال جی ورمن

پبلشرز

رام دتہ مل اینڈ سنز تاجران کتب لاہور

باہتمام

(سنوھم پرکاش پرنٹر گیلانی الیکٹرک پریس لاہور میں چھپا)

بار دوم　　ایک ہزار　　قیمت [illegible]

فہرست مضامین

دیباچہ

یوگ اور یوگ کا مقصد

ہندو فلسفوں میں یوگ کو بڑی اہمیت کا رتبہ حاصل ہے۔ مگر افسوس یہ ہے کہ یوگ سے زیادہ کسی درشن کو نہ اتنا بدنام کیا گیا ہے نہ اس قدر کسی کا بُرا استعمال ہوا ہے اس کا سبب صرف یہ ہے کہ اگر ایک طرف یوگ کے عملی معلّم نہیں ہے تو دوسری طرف جس کو خفیف تعلیم ملی اس نے اس کو سب کچھ سمجھ لیا۔ ترقی کے مدارج کا خیال بالکل نہیں کیا گیا۔ اور اس کی ناحق مذمت ہونے لگی۔

یوگ کے زبردست آچاریہ مہرشی پتنجلی نے اسی وجہ سے سب سے پہلے یم و نیم کی ہدایت کی تھی۔ ان کی غرض صرف اتنی تھی کہ انسان کا اخلاقی پہلو درست ہو جاوے۔ وہ باریک بین اور ایشور کا بھگت بن جائے۔ تب اس کو اور قسم کی تعلیم کا استحقاق بخشا جائے۔ یم۔ نیم بطور خود نہ صرف یوگ کے مددگار اصول ہیں۔ بلکہ اُن میں یوگ کی تعلیم کا تمام ماحصل موجود ہے۔ اگر اتنا ہی ہوتا تب بھی کچھ مطلب حاصل ہوتا۔ مگر یہ بھی نہیں ہوتا۔

اور آگے کے مرحلوں میں جا کر جن کو جس جگہ تعلیم ہوتی ہے وہ وہاں ہی اُڑ جاتے ہیں اور یوگ کی غرض کی تکمیل نہیں ہوتی۔

۳۔ ونیم کی قید جان بوجھ کر لگائی گئی تھی۔ ان کے پہلے توجہ کی یکسوئی کی تعلیم اس وجہ سے نہیں دی جاتی تھی۔ کہ یوگی کہیں بھول کر اُڑ نہ جاویں۔ اور چونکہ توجہ کی یکسوئی کی وجہ سے انسان میں خود بخود خرقِ عادات کے سامان پیدا ہو جاتے ہیں۔ خوف تھا کہ کہیں وہ ان سے دُنیاوی ناموری اور شہرت کے پیچھے نہ لگ جائیں۔ اور اس کو دنیاوی مفاد کا ذریعہ بنا لیں۔ اور دوسروں کا نقصان کر بیٹھیں۔ روحانی علم ہمیشہ سمجھ بوجھ کے بعد دیا جاتا تھا۔ کیونکہ راکشس بھی یوگ کے کئی مرحلے طے کر جاتے تھے۔ اور دوسروں کو ضرر پہنچاتے تھے اس لئے تجربہ مشاہدہ اور دوسروں کی مثال سے متنبہ ہو کر ابتدا ہی میں بندش لگا دی گئی تھی۔ اور صدیوں کے بعد جب پتنجلی نے یہ شاستر رچا تھا۔ مصلحتاً و عمداً یہ بندش لگا دی گئی تھی۔ اور ۳۔ یم میں سب سے زیادہ رُتبہ۔ اہنسا یعنی معصومیت کے اصول کو بخشا تھا۔ تاکہ سوا ادھکاری پُرشوں کے اوروں کو یوگ کے مدرسہ میں داخل ہونے کی جرأت نہ ہو سکے۔

مگر غلطی ہو گئی۔ اور غلطی اب بھی کی جا رہی ہے۔ چند نادان آدمیوں نے چوراسی آسن سیکھ لئے۔ آگے نہیں بڑھے۔ اور ان کا علم گلے کا ہار رہ گیا۔ وہ ہر جگہ آسن کا تماشہ دکھاتے پھرتے ہیں۔ اور وہ چار پیسوں کی خاطر اس مقدس علم کو ذلیل کر رہے ہیں۔ آسن چیز ہی کیا ہے جس کی تعریف کی ہے۔ وہ بیٹھنے کی ایک وضع ہے۔ تاکہ انسان اس

خاص طریقہ پر بیٹھ کر عمل کر سکے۔ مگر یہاں اس سے ناجائز اور نامناسب دُنیاوی فائدہ اٹھایا گیا۔ اور اس کے سیکھنے والے ریچھ اور بندر کے درجہ میں قائم ہو گئے۔ آگے نہیں بڑھے۔ نہ یوگ کا مقصد ہاتھ آیا۔

اسی طرح جنہوں نے پران سادھن کو سیکھ لیا۔ وہ بھی اس میں اٹکے پران سے دُنیاوی نفع حاصل کرنے لگے۔ اور ذرہ۔ ریچک۔ پورک اور کمبھک کی سمجھ کیا آگئی۔ ''کہ ہمچو من دیگرے نیست'' اپرا غیر اکو اپنا معتقد بنانے لگے ''جیسے گورو ویسے ہی چیلا دونو نرک میں ڈھکیلم ڈھکیلا'' ''دونو دین سے گئے پانڈے۔ حلوا ملا نہ مانڈے''۔ دھوبی کے کُتے کی مثل اُن پر صادق آتی ہے۔ اگر ایک شخص پران کے بس کرنے کا راز سمجھ کر زمین سے دو چار گز اونچے اُٹھ آیا تو کیا ہُوا۔ دُنیا تعجب کرے کیونکہ وہ اصلیت کو نہیں جانتے۔ اصلیت کو جاننے والے اس کو اچھا نہیں سمجھتے۔ کیا پرند آسمان پر نہیں چڑھ جاتے۔ چیل اور گدھ ان سے کہیں زیادہ اُڑتے ہیں۔ سِدھی شکتی چیز ہی کیا ہے۔ جس کے لئے کوشش کی جائے۔ سدھی شکتی یوگ کا مقصد نہیں ہے۔ اس کی غرض کچھ اور ہے۔ یہی حال حبس دم پاس انفاس و دل پر ضرب لگانے والوں کا ہُوا۔ سب بُری طرح مارے گئے۔ مان بڑائی میں کھپے۔ اور اپنے آپ کو ولی سمجھ کر پُوجوانے لگے۔ اور اپنے ساتھ اوروں کو بھی لے ڈوبے۔

ایسی دیوانی دُنیا بھگتی بھاو نہیں بوجھے جی

(۱) کوئی آوے تو بیٹا مانگے — یہی گوسائیں دیجے جی۔

(۲) کوئی آوے دُکھ کا مارا — ہم پر کرپا کیجے جی

(۳) کوئی آوے تو دولت مانگے — بھینٹ روپیا لیجے جی

(۴) کوئی کراوے بیاہ سگائی سنت کو سائیں لیجے جی
(۵) سانچے کا کوئی گاہک ناہیں جھوٹھے جگت پتیجے جی
(۶) کہیں کبیر سنو بھائی سادھو اندھوں کو کیا کیجے جی۔

ہٹ یوگی ہٹ میں پھنسے جسمی نشوونما سوا اور کسی سے کام نہیں سمادھی لگانے والے دو دو چار چار مہینے زمین میں گڑ گئے۔ اصل مطلب ہاتھ میں نہیں آیا۔ کہتے ہیں یوگی کی عمر زیادہ ہوا کرتی ہے۔ ہوا کرے۔ اس سے یوگ کا تعلق ہی کیا ہے ہاتھی کی عمر زیادہ ہوتی ہے۔ مگر آخر وہ حیوان کا حیوان ہی رہتا ہے برگد کا درخت ہزاروں برس رہتا ہے مگر وہ جڑ ہے۔ اگر یوگیوں کا یہ مقصد ہے تو اس یوگ اور ایسے یوگیوں میں بات کیا ہوئی۔ انہوں نے حاصل کیا کیا۔ اس سے تو وہ انسان ہی بنے رہتے تب بھی اچھا ہوتا۔

گئے دونو جہاں کے کام سے ہم نہ اِدھر کے ہوئے نہ اُدھر کے ہوئے
نہ خدا ہی ملا نہ وصالِ صنم نہ اِدھر کے ہوئے نہ اُدھر کے ہوئے

یوگ۔ نیولی۔ دھوتی۔ بستی۔ گج کرم۔ تروٹک کرتے ہیں۔ انہیں میں اڑے رہتے ہیں۔ آگے نہیں بڑھتے اور دُنیا کے مان بڑائی میں پیچ پیچ کر مر جاتے ہیں۔

اگر پرانا یام سے سانس چڑھانا ہی مقصود ہے تو سانپ اور گرگٹ بہت اچھا پرانا یام کرتے ہیں۔ جب چاہتے ہیں موٹے ہو جاتے ہیں۔ جب سانس کو خارج کرتے ہیں دُبلے بن جاتے ہیں۔ ان میں بھی تو لگھما اور مہما کی سدھی ہے۔ کس طرح رنگ بدلتے ہیں کہ دُنیا دیکھ کر حیران رہ جاتی ہے۔ مگر اس سے فائدہ کیا ہوا؟ کیا پران سادھن کا مقصد یہی

تھا۔ کہ یوگی سانپ اور گرگٹ بنتا۔ کچھوا اور مچھلیاں سانس کو روک کر بڑی گہری سمادھی میں چلے جاتے ہیں۔ سو سو برس مٹی میں دبے پڑے رہتے ہیں۔ ان کی بھی زندگیاں بہت زیادہ ہوتی ہیں۔ درازی حیات ان کے ہاتھ آجاتی ہے۔ مگر کیا یہ یوگی ہیں؟ اگر تم نے یہ حالت اپنے میں پیدا کر رکھی ہے۔ تو تم بھی کچھوے سے زیادہ سمجھے جانے کے قابل نہیں ہو۔ یہ بھول اور بھرم ہے۔ یہ یوگ نہیں ہے۔ یہ بھوگ ہے۔ اور افسوس ہے اس آدمی پر جو اس مقصد کو نگاہ کے سامنے رکھ کر کام کرتا ہے۔ اس میں سچائی نہیں ہے اور نہ سچائی کا پیار ہے اس کا مطلوب ہی دنیا اور دنیا کی مان بڑائی ہے انسان اگر سانپ گرگٹ اور کچھوا بن جائے۔ تو اس کی ترقی کہاں ہے۔ وہ تو اور نیچے جا گرا۔

الغرض اس طرح سینکڑوں قسم کے غلط خیال یوگ کے مسائل میں داخل ہو گئے ہیں۔ اور دنیا اس کو سب کچھ سمجھ رہی ہے یوگ کا اصلی مقصد کچھ اور ہے۔

بڑی دور ہے پریم نگر سمجھ لیو من ماہنہ

یوگ کے آٹھ مدارج بتائے گئے ہیں۔ مگر حقیقت یہ ہے۔ کہ اس سے بھی زیادہ مدارج اس میں شامل ہیں۔ اسی سے نہ سمجھ لو۔ کہ دس قسم کے یم اور نیم بتائے گئے ہیں۔ پھر دھیان اور سمادھی کی کتنی قسمیں ہیں۔ ان سب سے مراد یہ ہے کہ انسان کسی ایک میں نہ اڑنے پاوے اور جب تک وہ آتم پد تک نہ پہنچ لے۔ عمل و فعل میں برابر مصروف رہے۔

زندگی دراصل تبدیلی کا نام ہے۔ یہ سچ ہے آتما میں تبدیلی نہیں ہے مگر کیا ہماری زندگی آتما کی زندگی ہے؟ برا نہ مانو۔ تم مادہ کی دنیا میں آئے ہو۔ تمہاری زندگی مادی ہے اور مادہ خود تبدیلی کا نام ہے۔ جو جس راجہ کی عملداری میں رہتا ہے اس کو اس کے قانون کے زیر اثر آنا ہی پڑتا ہے۔ یہ اصول ہے۔ اس سے بچاؤ نہیں ہے۔ دور کیوں جاتے ہو۔ اسی کو نہ دیکھو اگر تم کو غذا نہ ملے تو کیا حالت ہو جاتی ہے۔ تم مجبور رہے کہ باہر کی دنیا سے اپنی غذا لو۔ تم جب کھاتے ہو آسودگی ہوتی ہے۔ جب شراب پیتے ہو بدمست ہو جاتے ہو۔ سردی میں کپڑے نہ پہنو تو جاڑا لگتا ہے۔ یہ بدیہی ثبوت ہے کہ تم مادہ کے زیر اثر۔ مادہ کے محتاج اور مادہ کے دست نگر ہو۔ اس لئے جب تک تم ٹھیک ٹھیک آتما کی حالت میں آنے کے قابل نہ بنو۔ خواہ مخواہ تم کو پرکرتی ماتا کا لوہا ماننا ہی پڑے گا۔ اس کے ثابت کرنے کے لئے کسی دلیل کی ضرورت نہیں ہے۔

مگر اس سے کوئی ہرج نہیں ہے۔ سرشٹی کا کوئی مقصد ہے تمہاری اپنی زندگی بھی کوئی نہ کوئی مشن اور مقصد رکھتی ہے۔ اگر تمہاری زندگی بے مقصد ہوتی۔ تو پرکرتی ایک لمحہ کے لئے بھی تم کو اپنی سلطنت میں نہ رہنے دیتی۔ نیچر بڑی منتظم ہے۔ بڑی کفایت شعار ہے۔ بڑی ہوشیار ہے اور وہ اس وقت تک نہ خود چین لیگی۔ اور نہ تم کو چین لینے دے گی۔ جب تک وہ مقصد پورا نہ ہو ئیگا۔

زندگی تبدیلی چاہتی ہے۔ تم آج ایک کپڑا پہنتے ہو وہ جلد ہی پھٹ جاتا ہے۔ چھوٹا ہو جاتا ہے۔ سڑگل جاتا ہے۔ اور تم دوسرے کپڑے

کی ضرورت محسوس کرتے ہو۔ اسی طرح آج تم ایک عقیدہ اور ایک خیال کے پابند ہو۔ کچھ دنوں بعد وہ خیال اور وہ عقیدہ پورانا ہو جاتا ہے۔ کمزور بن جاتا ہے۔ تم اس کو پسند نہیں کرتے اور نئے خیال کی جستجو میں دوڑ دھوپ کرنے لگتے ہو۔ لڑکا دنیا میں آتے ہی بال کی کھال نکالنے کا شیدائی رہتا ہے۔ ایک بات سیکھ لی۔ دوسری کی ہوس ہے ایک کتاب پڑھ لی دوسری کی خواہش ہے۔ تم خود ایک طرح کا سکھ بھوگتے ہو۔ اس سے تھوڑے دن بعد نفرت ہو جاتی ہے اور دوسرے کا خیال پیدا ہوتا ہے۔

یہ کیوں ہے؟ یہ یوں ہی نہیں ہے۔ اس کے کچھ معنیٰ ہیں۔ بات یہ ہے آتما پر پردے پڑے ہیں۔ اس کی اصلیت دبی ہوئی ہے۔ وہ اپنے روپ میں آنا چاہتا ہے اور وہ دانستہ یا نادانستہ اس کی تلاش میں ہے۔ سچائی کی جستجو لمحہ لمحہ قدم قدم پر ہے۔ قدرت طرح طرح کے نظارے دکھلاتی ہے تاکہ تم دیکھو اور ان کے مناظر کو دیکھ کر سوچ وچار کرتے ہوئے اپنے آتما کے پردوں کو اتارو۔ اگر تم قدرت کی چلبلی مخلوق کو دیکھ کر اسی میں بھول گئے تو غفلت کی اور پھر نیچر کو تمہاری غفلت کے دور کرنے کا انتظام کرنا پڑتا ہے۔ وہ تم سے ان غلط پیار کی چیزوں کو چھیننے لگتی ہے۔ اس کے کوڑے دھڑا دھڑ برستے ہیں۔ اور وہ کالی کا روپ بن کر ہاتھ میں کھپڑ لئے ہوئے نہ صرف تم کو ڈراتی ہے۔ بلکہ تم کو بُری بُری سزائیں دیتی ہے۔ قدرت کے نظارے اصلیت سکھلانے کے مکتب ہیں۔ ان سے دل لگانا مقصود نہیں ہے۔ بلکہ ان سے سبق لے کر آگے چلنا ہے۔

ہوئے غافل تو غفلت کی سزا ہے
تلافی یاں نہیں جور و جفا ہے
ستم ہے دل اگر تم نے لگایا
کہیں بھی یاں نہیں مہر و وفا ہے

اگر اہنسا ہی سب کچھ ہوتا تو پھر اور اصول کی ہدایت کیوں کی جاتی؟ اگر ایشور پرندھان ہونا ہی سب کچھ ہوتا تو پھر آگے تعلیم کی ضرورت ہی کیا تھی؟ مطلب کچھ اور ہے اور وہ مطلب صرف یہ ہے کہ کسی طرح ان بندشوں کے پیچ میں آکر ہر طرف سے منہ موڑ کر اپنے اندر دھنسو۔ آتما کے پردے چاک ہوں۔ اور وہ اپنے اصلی جلال میں چمکتا ہوا نظر آنے لگے۔ اس کی اب تک تم کو سمجھ نہیں ہے۔ مگر آگے چل کر سمجھوگے۔

جہاں تک قدرت کے کاروبار اور اس کاروبار کے علم و تحقیقات کا تعلق ہے اس سے صاف صاف ظاہر ہوتا ہے کہ زندگی کی کوئی غرض ہے۔ ابتدا میں اس زندگی میں خاص قسم کی قابلیتیں ہوتی ہیں۔ ان قابلیتوں کی وجہ سے اس میں شخصیت اور فردیت پیدا ہو جاتی ہے جس کی وجہ سے اس کو اپنی محدودیت کا خیال پیدا ہوتا ہے۔ اور اس خیال کو لے کر وہ زندگی کی غرض کے دریافت کرنے کی جانب مائل ہو جاتی ہے۔

یہ فردیت اور شخصیت بہت قابل قدر چیز نہیں ہے۔ مگر جب تک زندگی کا مقصد پورا نہ ہو جائے۔ اس وقت تک اس کو اپنے مکمل کرنے پھیلنے اور کل سے انصال حاصل کرنے کے لئے ہاتھ پاؤں

مارنے پڑتے ہیں۔ یہ غرض آواگون سے پوری ہوتی ہے۔ آواگون دراصل زندگی کی تبدیل حالتوں کا نام ہے۔ انسان کو ایک حالت سے دوسری میں گزرنا پڑتا ہے اور آواگون کے سلسلہ میں وہ اپنی فرویت کو بڑھاتا جاتا ہے یوں سمجھو کہ پہلے اس نے اپنی محدود شخصیت کا خیال کیا۔ پھر اس کو بڑھنے و پھیلنے کی خواہش ہوئی۔ اس نے لڑکے۔ بالے برادری۔ قومیت کو پیدا کیا۔ اس کے آل اولاد ہوگئی۔ تعلقات بڑھے اور وہ آہستہ آہستہ بڑھنے لگا۔ نئے نئے مناظر نگاہ کے سامنے آئے۔ اس نے ان کا مقابلہ کیا۔ اس کی خواہشیں اور ہوسیں بڑھتی گئیں۔ سنتوش اور قناعت کے لفظ کی گنجائش اس کے قول و فعل کی لغت میں نہیں رہی۔ یہ ہوس یونہی نہیں ہے۔ اس کی کچھ غرض ہے اور یہ اس وقت تک خاموش نہیں ہوتی۔ جب تک اپنا اصلی مطلب نہیں حاصل کر لیتی۔

جن لوگوں نے دُنیاوی نقطہ نگاہ سے ترقی کی ہے اور کامیاب کہلاتے ہیں ان کی زندگیوں کو مطالعہ کرو۔ وہ کیسے بڑھے سب کچھ حاصل کر لیا۔ مگر آخر میں ان کو معلوم ہوتا ہے کہ کیوں ان کو خاموشی میسر نہیں ہوئی اور اس خیال کے پیدا ہوتے ہی ان کو اپنے من کے پردوں میں داخل ہو کر دیکھنے کی آرزو ہوئی۔ اور یہاں ہی سے وہ اس مضمون کو مطالعہ کرنے لگے جس کو یوگ کہا جاتا ہے۔ باہر جو کچھ ساز و سامان تھا۔ خود ان کے من اور خواہشوں نے پیدا کیا تھا اب وہ دیکھنا چاہتے ہیں کہ یہ من کیا ہے مگر من کی لہریں عادی ہونے کے سبب باہر کی طرف دوڑتی رہتی تھیں۔ چت کی

ورتیاں سمندر کے جوار بھاٹے کی طرح اوپر نیچے آتی تھیں۔ انتشار ان کے سبب سے پیدا ہوتا تھا۔ سب سے پہلے وہ ان کے روکنے کی طرف مائل ہوا۔ اور چیت کی ورتیوں کا نرودھ کرنے لگا۔ اسی چیت کی ورتیوں کا نرودھ یوگ کہلاتا ہے۔

ابتدا میں اس نے باہری رچنا کے ظاہری تعلقات سے وابستگی کی۔ ایشور پوجا۔ کرم دھرم۔ یم نیم کئے۔ پھر آسن جمایا۔ اور پرانوں کو ورتیوں کا بکھیرنے والا جان کر اس کے معلوم کرنے کی تدبیر نکالی کیونکہ یہی پران زبردست طاقت بن کر اس کو باہر کی طرف پھینکا رہا تھا۔ پران کے مغلوب کرنے کا عمل پرانایام کہلاتا ہے۔ مگر یہ بھی سب کچھ نہیں ہے یہ صرف ابتدائی منزل ہے

پران بس میں آ گئے۔ مگر من کی ترنگیں اندر جوش مار رہی تھیں۔ اس نے ان کو دیکھا اور خوف میں آ گیا کہ کہیں ایسا نہ ہو موقع پا کر یہ پھر باہر پھنسا دیں۔ اس لئے اس نے پرتیاہار کا عمل کیا۔ پرتیاہار ورتیوں کے لئے روکنے اور ان کے اندر کی طرف موڑنے کا نام ہے۔

جب دھارنا کا درجہ حاصل ہوا اب وہ اندر ہی اندر اسی نقطہ پر جم کر اس کو دیکھنے اور سوچنے لگا۔ اس کو دھیان کہتے ہیں۔ اور جب یہ دھیان گہرا اور گھنا ہو جاتا ہے۔ اس کا نام سمادھی ہے۔ جس کی یوگ شاستر میں کئی قسمیں بیان کی گئی ہیں۔ اس سمادھی میں اس کا اپنا روپ نظر آیا۔ اس نے اس اپنے روپ کو قدرت کے تمام مناظر سے ملانے کا اہتمام کیا۔ تاکہ دُنیا میں جو فرق اور اختلاف نظر آتا ہے اس کا پتہ لگائے کہ اصلیت کیا ہے اس کو سنیم بولتے

ہیں۔ اور سنیم کی طاقت حاصل کر لینا یوگ کی آخری منزل ہے۔ مگر میں اس کو آخری نہیں کہتا ہوں۔ ابھی اور آگے چلنا ہے۔
جب سنیم ہونے لگا۔ یوگی نے دیکھا کہ اپنے سوا اور ہستی نہیں ہے۔ جس کو اس نے اپنا پرایا مان رکھا تھا وہ در اصل اس کا ہے اس میں ہے اس سے نیارا نہیں ہے یہاں آ کر اس کو وہ آنند پراپت ہؤا جو بیان سے باہر ہے۔ کیونکہ فرضی شخصیت دُور ہو گئی۔ اور وہ پھیل کر تمام و کمال سے داخل ہو گیا۔ یہ حالت کبیر صاحب کے گہرے فلسفہ میں سہج سمادھی کہلاتی ہے۔ جس کی تعریف میں وہ اس طرح روحانی راگ میں الاپتے ہیں۔

سنتو سہج سمادھ بھلی

گور پرتاپ بھیو جا دن سے۔ سرت نہ انت چلی۔ (ٹیک)

(۱) آنکھ نہ موندوں کان نہ روندوں۔ کایا کشٹ نہ ہاروں
کھلے نین میں ہنس ہنس دیکھوں۔ سندر روپ تہاروں
سنتو سہج سمادھ بھلی

(۲) کہوں سو نام۔ سنوں سوئی سُمرن۔ کھاؤں پیوں سو پُوجا
گرہ اُدیان ایک سم لیکھوں۔ بھاؤ مٹاؤں دوجا۔
سنتو سہج سمادھ بھلی

(۳) جہاں جہاں جاؤں سوئی پرکرما۔ جو کچھ کروں سو سیوا
جب سوؤں تب کروں ڈنڈوت۔ پُوجوں اور نہ دیوا
سنتو سہج سمادھ بھلی

(۴) شبد نرنتر منوا راتا۔ ملِن باسنا تیاگی۔

اُٹھت بیٹھت کبھوں نہ بسروں۔ ایسی تاڑی لاگی
سنتو سہج سمادھ بھلی

(۵) کہیں کبیر یہ اُن من رہنی۔ سو پرگٹ کر گائی۔
دکھ سکھ کے یک پرے پرم سکھ تیہی سکھ رہا سمائی
سنتو سہج سمادھ بھلی

یہ زندگی کا مقصد ہے۔ یہاں نہ تیاگ ہے نہ وِراگ ہے۔ نہ بندھ ہے نہ موکش ہے نہ سُمرن ہے نہ دھیان ہے۔ نہ یہ کہنے سُننے میں آتا ہے۔ کوئی کیا کہے کیا نہ کہے۔ کس کی کہے۔ کس کی سُنے۔ ابتدا میں زندگی خود غرضی اور اہم بھاؤ سے شروع کی تھی۔ ہم ونیم کا سادھن خود اس اہم بھاو کو لے کر کیا گیا تھا۔ آخر میں اہم بھاؤ وہی رہا۔ گو اس کو ایسا نہ کہہ سکیں۔ پہلے اپنی دُنیا میں جورو۔ لڑکے خویش و بیگانے تھے۔ اب بھی وہی حالت ہے۔ سارا سنسار اپنا بن گیا۔ کوئی اور نہیں رہا۔ غیریت جاتی رہی۔ ایک روپ اکھنڈ دیا پک ہے۔ جو نہ کبھی مرتا ہے نہ جنمتا ہے۔ اور وہ اپنی ذات ہے

سادھو ایک روپ سب ماہیں
دو جا کرم دھرم ہے کرتم۔ جیوں درپن پر چھائیں (ٹیک)

(۱) جل ترنگ جم جل سے اُپجے۔ پھر جل ماہیں رہائی۔
کایا جھائیں پانچ تتو کی۔ بنسے کہاں سمائی
سادھو۔ ایک روپ سب ماہیں

(۲) یا بدھی سدا دیہہ گت سبکی یا بدھی من ہی بچارو
آیا ہوئے نیاؤ کری نیارو۔ برہم تتو نِروارو۔

سادھو ایک روپ سب ماہیں

(۳) سبھے رہے سمائے سہج میں۔ ناکھوں آوے نہ جاوے
دھرم نہ دھیان کریں ہیں جپ تپ۔ رام رحیم نہ گاوے

سادھو ایک روپ سب ماہیں

(۴) نِربندھ ورت سکل پر تیاگے۔ سُن ڈور نہیں لاوے
یہ دھو کا جب سمجھ پڑے تب۔ پوجے کاہ پو جاوے

سادھو ایک روپ سب ماہیں

(۵) جوگ جگت سے بھرم نہ چھوٹے۔ جب لگ آپ نہ سوجھے
کہیں کبیر سوئی سنگور پورا۔ جو کوئی سمجھے بوجھے

سادھو ایک روپ سب ماہیں

تمیز کا درجہ جاتا رہا۔ تمیز غیریت تھی۔ دوئی تھی۔ دویت واد تھی۔ بھرم تھی۔ اگیان تھی۔ جب یہ جاتی رہی اپنا آپ رہ گیا۔ ادویت واد بن گیا۔ گیان کی پراپتی ہوئی۔ اور اپنا پیچھا ڈھوا کہ وہ سب ہیں اور سب اس میں آ گئے یہ زندگی کا مقصد ہے۔

سادھو ایک روپ سب ماہیں

اپنے من ہی بچار کے دیکھو۔ اور دوسرا ناہیں (اشتپا)

(۱) اپنے تو جا۔ دو ہرن ایکے۔ ڈہہ شودر کے ماہیں۔
کہیں نادی کہیں نر ہوے بولے۔ غیب پورش وہ آہیں

سادھو ایک روپ سب ماہیں۔

(۲) آپے گورو ہوے منتر دیت ہیں۔ شکھ ہوے سبھے سناہیں
جو جس لگے تیہہ تس مارگ۔ تن کے سنگور آہیں

سادھو ایک روپ سب ماہیں۔

(۴) شبد پکار ست مے بھاکھیں۔ انتر راکھے ناہیں۔ ۹۴ بیجک
کہیں کبیر گیان جیہی نرمل۔ بر لے تا ہی لکھائیں۔
سادھو ایک روپ سب ماہیں

دُنیا میں جتنے انسان و جیو ہیں سب میں مکمّل ہونے کا وصف موجود ہے۔ اور یہی وجہ ہے جو شخص جس کام کو ہاتھ میں لیتا ہے۔ اس کے مکمّل کرنے کی دُھن میں لگ جاتا ہے اور جب تک وہ مکمّل نہیں ہوتا۔ اس کو چین نہیں آتا۔ یہ غرض۔ ہماری خود غرضی۔ ہماری شخصیت اور ہماری مُرادیں چھپی رہتی ہے۔ سب پھیلنے اور بڑھنے کے خواہشمند رہتے ہیں۔

اِنسان کو بھُول کر بھی بندش کی تعلیم نہ دو۔ کہو۔ تو کھِلتا پھُولتا ہُوا سب میں پھیل جا۔ محدودیت و تنگ خیالی کا سبق کسی کو نہ سکھاؤ اس سے ان کا نقصان ہوتا ہے اور ایشور کی سرشٹی کی غرض کے برخلاف ہے۔ بچہ سوال کرتا ہے تم جواب دینے کے عوض اس کا گلا گھونٹ دیتے ہو۔ وہ اپنے آپ کو بتلانا چاہتا ہے۔ تم بندش میں ڈال کر سکوڑ دیتے ہو۔ یہ سب کرم دھرم جو محدود بناتا ہے غلط ہے سب سے کہو۔ کھِل کھیلو لوک لاج کا خوف نہ دلاؤ۔ ان کو اپنے خیالات ظاہر کرنے دو۔ باطل پرستی اور اگیان وہم محض ہے۔ ہر شخص کے دل میں قدرتی جذبات ہیں۔ کہو اپنی آنکھ کھولو۔ اپنے میں تبدیلی پیدا کرتے جاؤ۔ دیکھو بھالو۔ خیالات کو تنگ نہ بناؤ۔ تنگی میں تعفن ہے۔ سڑاند ہے۔ گندگی ہے۔ خود پھیلو اوروں کو

پھیلاؤ۔ پھیلاؤ میں آزادی ہے۔ پاکی ہے۔ زندگی ہے۔ اور یہی یوگ کا اصلی مقصد ہے
لوگ یوگ کی غلط سمجھ لے کر ایک جگہ اڑ جاتے ہیں۔ اور راہ کرنا حق سڑتے ہیں۔ تبدیلی کے راز کو نہیں جانتے۔ پتنجلی نے جو کچھ فرمایا ہے۔ اس کے مقصد کو سمجھو۔ برابر چلے چلو۔ منزل ابھی دور ہے۔ نہ یوگ یم ہے نہ نیم ہے نہ پرانایام ہے نہ پرتیاہار ہے نہ دھارنا۔ دھیان اور سمادھی ہے۔ یہ کوٹھے پر چڑھنے کی صرف سیڑھیاں ہیں۔ سیڑھیوں پہ اگر اڑ و گے تو کھلی وسعت کی سیر نہ کر سکو گے۔ نہ کھلی ہوا نصیب ہو گی۔ نہ آزادی کا نظارہ نگاہ میں آوے گا نہ موکش پد ملے گا۔ لمحہ لمحہ تبدیل ہوتے رہو۔ آج اگر سہس دل کنول پر ہے۔ کل ترکٹی میں دھیان لگاؤ۔ پرسوں سُن اور مہاسُن کے ناکوں پر عمل دخل کرو۔ انتر سوں بھنور گپھا پر چڑھ دوڑو۔ اور سمت لوک دانامی استھان آسن جما کر اصلیت کا نظارہ دیکھو اور وجد و سرور کی حالت میں آ کر مست ہو کر گانے لگو۔

سنت میا ست گو رو یا۔ پایا آدانا د۔
گت مت کہتے نابنے۔ سرشتا جی سماد (رادھا سوامی دیال اپدیش)

یوگ دراصل من کے پردوں کے دور کرنے کا عمل ہے۔ تاکہ اندھکار دور ہو جاوے اور اصلیت نظر آنے لگے۔ اسی میں سب کچھ ہے۔ باہر کچھ نہیں۔

سادھو یہ گھٹ مندہ اندھیارا
اس گھٹ اندر باغ بغیچے   اسی میں سرجن ہارا۔

اس گھٹ اندر سات سمندر　　اسی میں نو لکھ تارا
اس گھٹ اندر ہیرا موتی　　اسی میں پرکھن ہارا
اس گھٹ اندر انحد باجے　　اسی میں اٹھت پھوہارا
کہت کبیر سنو بھائی سادھو　　اس میں گورو ہمارا
اسی گھٹ کے پردے اتارنا یوگ ہے اور یہی یوگ کا مقصد ہے

تصنیف لطیف سوامی وویکانند جی

کرم یوگ - کرم کا انسان کے چال چلن پر اثر - بے غرضانہ فیاّمنی کرم کو تکمیل کا بہترین راز ہے - قیمت .. ۸/

بھگتی یوگ - بھگتی کیا چیز ہے - بھگتی کیوں کرنی چاہئے - بھگتی کرنے سے کیا ہوتا ہے - بھگتی کی قسمیں قیمت ۸/

راج یوگ - اس کے دو حصے ہیں - اول حصہ یوگ کی اہمیت اور اس کے اصطلاحات پر آٹھ مفصل ویاکھیانوں میں بحث کی گئی ہے -
حصہ دوم - مہرشی بیاس جی کے یوگ شاستر کا اردو ترجمہ ہے قیمت ۱۲/

روحانی اشارے - مہاتما رام کرشن پرمہنس و سوامی وویکانند جی کے گورو کے مثالیہ قصوں اور دوسری دلچسپ روایتوں کے سلسلہ میں تعلیمات کے انکشاف و وضاحت کی کوشش کی گئی ہے - قیمت ۶/

یوگ کے عملی سبق

پہلا سبق

مختلف یوگ اور اُن کے متعلق ضروری باتیں

اِنسان کیا ہے؟ انسان رُوح و جسم کا مجموعہ ہے نہ وہ اکیلا رُوح ہی ہے۔ نہ اکیلا جسم ہی ہے۔ وہ دونو مرکب ہے۔ روح کو سنسکرت میں "آتما" کہتے۔ جسم "شریر" کہلاتا ہے۔

آتما اور شریر کا فرق۔ آتما "چیتن" ہے۔ تمیز ادراک سمجھ بوجھ یہ سب آتما سے مخصوص ہیں۔ جسم (جڑ) بیجان ہے۔ اس میں اپنی سمجھ بوجھ کچھ نہیں ہے۔

آتما ایک و شریر تین ہیں۔ آتما ایک ہے شریر تین ہیں۔ ان میں سے ایک کارن۔ ایک سوکھشم اور ایک ستھول ہے۔

کارن شریر - جہاں جڑ اور چیتن کی گرہ بندھنی ہے یعنی آتما کا مادہ کیساتھ بہت ہی لطیف تعلق پیدا ہوتا ہے اسی تعلق کا نام کارن شریر ہے۔ اسی سے آتما کے بندھن کی اس سنسار سے ابتدا ہوتی ہے۔ اور اسی تعلق کی انتہا کا نام "موکش" ہے۔*

سوکشم شریر - کارن شریر کے بعد سوکشم شریر آتا ہے جس میں اندریاں پران من بدھی وغیرہ شامل ہیں۔ یہ ہمیشہ موکش یا نجات کے وقت تک آتما کے ساتھ رہتا ہے۔ یہی ایک قالب سے دوسرے قالب میں نکل کر جایا کرتا ہے۔

ستھول شریر - ستھول شریر یہ کثیف جسم ہے جو ہڈی گوشت پوست اور خون و رگ و ریشہ سے بنا ہے جس کی غذا سے پرورش و پرداخت ہوتی رہتی ہے اور جو بار بار مرتا اور پیدا ہوتا رہتا ہے۔

آتما - آتما چیتن کی ایک چنگاری ہے جو اس شریر کی تہ در تہ علاقوں کے سلسلہ میں لپٹا و دبا ہوا ہے اور انہیں کی وجہ سے اس کو اپنی ذات کی سمجھ بوجھ نہیں آنے پاتی جیوں جیوں نشو و نما و ترقی ہوتی جاتی ہے اسی طرح آہستہ آہستہ اس کے تمیز و ادراک میں بھی ترقی ہوتی ہے اور وہ روز بروز اپنی اصلیت و اپنی ذات کی ماہیت کو سمجھنے لگتا ہے اور

* ان سب اصطلاحات کی مزید صراحت آگے کر دی جاویگی۔ پڑھنے والے صبر کے ساتھ ان کو بار بار غور کرتے ہوئے اپنی قوت یادداشت میں محفوظ کر لیں۔ تاکہ آئندہ کے مضامین کے سمجھنے میں آسانی ہو (رشیو)

جب اس کو پور اگیان ہو جاتا ہے وہ اپنے اصلی جلال اور آب و تاب میں چمکتا ہوا منور اور پرکاشوان ہو جاتا ہے۔

مختلف طبقات۔ ان جسموں میں آتما کی طاقت اور قابلیت اور لیاقت کا اظہار اس کے مختلف طبقات میں ہوا کرتا ہے۔ جن کو ہم مجملی اور توضیحی اصلاح میں پنچ کوش کہتے ہیں۔ پنچ کوش سنسکرت دو لفظوں سے بنا ہوا ہے "پنچ" اور "کوش"، اس کا ترجمہ اردو میں پانچ صندوق۔ خواہ غلاف ہوگا۔

پنچ کوش کے نام۔ پنچ کوش کے نام یہ ہیں
ان[۱] مے کوش۔ پران[۲] مے کوش۔ منو[۳] مے کوش۔ وگیان[۴] مے کوش اور آنند[۵] مے کوش۔

ان مے کوش۔ ان مے کوش آتما کے اس غلاف کا نام ہے جو ماں باپ کی کھائی ہوئی غذا سے رج بیرج بن کر پہلے ماں کے پیٹ میں قائم ہو کر باہر نکلتا ہے جس کی پرورش بھی اناج سے ہوتی رہتی ہے۔ اس لئے اسکو ان مے کوش کہا گیا ہے۔

یہ ان مے کوش ستھول شریر ہے۔ پانچ غلافوں میں سے یہ سب سے زیادہ ستھول یعنے کثیف ہے یہ سب سے نیچا اور آتما کی طاقت کے اظہار کا نہایت ناقص آلہ ہے۔ مگر ان لفظوں سے یہ کبھی نہ سمجھ لینا چاہیئے کہ یہ حقیر اور قابل نفرت شئے ہے۔ نہیں کبھی نہیں۔ بلکہ اچھی طرح ذہن نشین کر لینا چاہیئے۔ کہ ہماری موجودہ ابتدائی روحانی نشوونما میں یہ ضروری اور مفید آلہ ہے جیتے جاگتے آتما کا مندر ہے اور اس لئے نہایت ہوشیاری

اور احتیاط سے اس کی پرورش و پرداخت کی ضرورت ہے۔ آپ
دور کیوں جاؤ۔ اپنے اردگرد کے مختلف آدمیوں کے تن و توش کو
دیکھو اور ان کے نشوونما اور بالیدگی کی حالت پر غور کرو۔ ہم میں
سے ہر شخص کا فرض ہے کہ جسم کی تکمیل و ترتیب کا خیال رکھے
اور اس کو اس طرح سے مکمل بنالے کہ آئندہ کی ترقی میں وہ
کارآمد ثابت ہو۔ جسم کی تندرستی کی حالت میں رکھنا چاہئے
اور اس کی تعلیم اس طرح کی ہونی چاہیئے کہ وہ من کے
ماتحت رہے سرکشی یا خودسری نہ کرسکے۔ دنیا میں ایسے
لوگ کم ہیں۔ جن کا شریر من کے اختیار میں ہے۔ ورنہ عام طور
پر دیکھو گے کہ جسم من پر حاوی رہتا ہے۔

ہٹ یوگ۔ یوگی کو سب سے پہلے اس کا خیال ہونا چاہیئے
کہ جسم میں من کے برخلاف بغاوت نہ پیدا ہو۔ اس جسم کے قابو
میں رکھنے کے لئے جو عمل و شغل کئے جاتے تھے۔ خواہ کہیں کہیں
اب بھی کئے جاتے ہیں۔ ان کو مجموعی طور پر ہٹ یوگ کہتے ہیں
جیسے دایام۔ ورزش۔ کسرت۔ نیتی۔ دھوتی۔ نیولی۔ تروٹک
گنج کرم وغیرہ سادھن کئے جاتے ہیں۔ وہ سب ہٹ یوگ
کی مزید صراحت سے دیدہ دانستہ انکار ہے۔ صرف اس قدر
ذہن نشین کرانا مقصود تھا کہ جسم کے قابو میں کرنے کا عمل

٭ ان سب کا مفصل بیان ہماری یوگ فلاسفی میں ہے۔ جس کی قیمت ار
ہے۔ اور ...... پبلشرز کے ہاں فروخت ہوتی ہے۔

ہٹ یوگ ہے۔ اور اس سے جسمانی قواء کی زیادہ تکمیل
ہوتی ہے۔

ایک سوال۔ لوگ سوال کریں گے کہ تم کیوں اس قدر
اس معقول شریر کی حفاظت اور تندرستی کے متعلق اس قدر
زور دیتے ہو؟ اس کا جواب ہم آپ کو ذیل کے مختصر مگر پُر معنی
عبارت میں دیں گے جس کو کم از کم آپ اتنی دفعہ پڑھئے نہیں
جب تک آپ ہمارے مفہوم اور مافی الضمیر پر حاوی نہ ہو
جائیں۔

اس کا جواب۔ آپ کا ہمارا جسم دراصل اس قسم کے
پرمانوؤں یعنی ذرات کا بنا ہوا ہے جو بطور خود علیحدہ علیحدہ
ہستی ہیں۔ ان میں عقل ہے۔ ان میں زندگی ہے۔ ان میں
احساس ہے۔ یہ نہ سمجھو تمہارا جسم گوشت پوست کا لوتھڑا
ہے۔ بلکہ ذرات کا بنا ہوا ہے۔ تمہارے ایک ایک خون کی
بوند میں کیا جانیں۔ کتنی جانیں ہیں بیشمار زندہ مخلوق تمہارے
رگ و ریشہ۔ گوشت و پوست۔ دل و دماغ ہاتھ پاؤں میں
غرضیکہ ہر جگہ موجود ہیں۔ اور تم انہیں چھوٹے چھوٹے

[illegible]

جانداروں کے مجموعہ کی صورت سے بنے ہوئے ہو۔ جیسے
مختلف دانوں کا لچھا مل کر ایک دانہ بن جاتا ہے
ویسے ہی تم میں یہ سب ہیں تمام خلقت اسی شکل
کی ہے اور سنو جس کو تم ویراٹ پُرش کہتے ہو وہ بھی
تمہارے ایسے کروڑوں بلکہ بیشمار جانداروں۔ بیشمار

نظام شمسوں۔ بیشمار نر لوکیوں کے مجموعہ کا نام ہے تم اسی وجہ سے عالم صغیر ہو اور وہ عالم کبیر ہے تمہاری نگاہ نزدیک بین اور کوتاہ بین ہے۔ اس لیئے تم ذرہ تک نہیں دیکھ سکتے۔ ورنہ یہ اصلیت ہے۔ جب کبھی کوئی چیز تمہاری نگاہ کے سامنے آوے۔ ہمیشہ سمجھ لو وہ مختلف زندہ ذرات سے بنی ہوئی ہے۔ سورج چاند ستارے سب روشن مگر متحرک اور زندہ نورانی ذرات کے مجموعے ہیں۔

ذرات پر من کا اختیار۔ اس میں کسی کو شک نہیں کہ یہ سب جاندار تمہارے من کے اختیار میں ہیں۔ اور جہاں ذرہ تمہارے من میں ہلور (حرکت) پیدا ہوئی۔ ان سب کا رُخ اسی خاص سمت کی طرف پھر جاتا ہے۔ یہ حرکت چاہیے تم جان بوجھ کر کرو۔ خواہ یوں ہی ہو۔ نتیجہ ہر حالت میں ایک سا ہوتا ہے۔ ان ذرات میں اتنی سمجھ ہے کہ وہ تمہارے خاص من کی خواہش یا تمہارے دل کی حرکت کا اشارہ پاتے ہی خود بخود متوجہ ہو کر کام کرنے لگ جاتے ہیں۔ اور جہاں جس موقع پر جیسے کام کی ضرورت لاحق ہوتی ہے وہاں یہ سب بڑے مکمل کل (انجن) کے چھوٹے چھوٹے پرزوں کی طرح رل مل کر کام کرتے ہیں۔ کھانا تحلیل کرنا۔ خون کو جذب کرنا غیر ضروری مادہ کو خارج کرنا یہ ان کی تمیز کے بدیہی و صریحی بادلیل نتیجے ہیں۔ ان میں سے کوئی ایک کام کرتا ہے۔ کوئی دوسرا کوئی مل کر کام کرتا ہے۔ کوئی علیحدہ رہ کر مگر کام ضرور ہوتا ہے

جب زخم انگور ہوتا ہے۔ یہ ذرات حرکت میں آکر خود بخود اس طرف رجوع ہوتے ہیں

ذرات میں سمجھ بوجھ۔ یوگی اس بات کو خوب سمجھتے ہیں۔کہ یہ ذرات زندہ وجود ہیں۔ان کا گروہ کسی خاص فرض کے لئے ہمارے جسم میں مخصوص ہے۔جب آتما خواہ مین کی کسی قابلیت کے اظہار کا موقع ہوتا ہے۔مخصوص ذرات مل کر خصوصیت کا تماشا دکھلاتے ہیں۔یہ خاص غرض ہے جو ہم اپنے پڑھنے والوں کے ذہن نشین کرانا چاہتے ہیں۔تاوقتیکہ جسم تندرستی کی اچھی حالت میں نہ ہو۔اور من کو اس پر اختیار نہ حاصل ہو۔تب تک آتما کو خاص قسم کی قابلیت کے اظہار میں ناکامیابی اور مجبوری رہے گی۔

موت میں ذرات کی کیفیت۔جب جسم مرنے لگتا ہے تب یہ ذرات تتر بتر ہو جاتے ہیں اور بربادی پھیل جاتی ہے جس طاقت نے ان کو باندھ رکھا تھا۔وہ آزادی عطا کر دیتی ہے۔ان کو اختیار ہے چاہے یہ اور جگہ حیوانات یا نباتات میں جاکر نئی نئی شکلیں اختیار کریں۔بعض پودوں میں چلے جاتے ہیں۔بعض حیوانات کے جسم میں جگہ پاتے ہیں۔بعض کچھ عرصے کے لئے زمین پر پڑے رہتے ہیں۔غرضیکہ جہاں ضرورت ہوئی وہاں جاکر داخل ہوئے۔یہ ہمیشہ بدلتے رہتے ہیں۔اور تبدیلی دنیا کی جان ہے۔موت خود ایک قسم کی تبدیلی کا نام ہے۔

ان کے کوشش کی ہفت سالہ تبدیلی۔ غور کرنے پر

یہ ان مے کوش کس قدر عجیب و غریب خلاف ہے ۔ جو بیشمار ذرات کا بنا ہوا ہے ۔ اور جس میں لحظہ لحظہ تبدیلی ہوتی رہتی ہے ۔ یہاں تک کہ ڈاکٹر متفق الرائے ہیں کہ ہر ساتویں سال جسم کا جسم بالکل نئے ذرات کا بن جاتا ہے ۔ ہمارے ہاں سنتوں نے اس کے لئے تین برس کا وقفہ قرار دیا ہے اور اس لئے جسم کا تندرست رکھنا ہمارا تمہارا اور سب کا فرض ہونا چاہیئے ۔ تاکہ تندرستی بہتر تبدیلی پیدا کرتی ہے ۔ بدتر حالت کو نہ آنے دے اور من کے نشوونما کا موقع ملتا رہے ۔

پران مے کوش ۔ پانچ پران اور پانچ کرم اندریوں سے مل کر بنا ہے پانچ پران یہ ہیں ۔

پانچ پران کے نام ۔ پرانوں کی تشریح ۔ پران[۱] ۔ اپان[۲] سمان[۳] ۔ اودان[۴] ۔ ویان[۵] ۔ پران ہردے میں رہتا ہے ۔ اور دن رات کی چوبیس گھنٹوں میں ۲۱۶۰۰ مرتبہ باہر جاتا ہے ۔ اپان[۲] وایو ۔ بول ۔ براز خارج کرتا رہتا ہے ۔ سمان[۳] ناف میں رہ کر تحلیل شدہ غذا کے رس کو جسم کے تمام و مختلف حصوں کو تقسیم کرتا ہے ۔ اودان[۴] حلق میں رہ کر غذا اور پانی کو علیحدہ کرتا ہوا طاقت و توانائی کا باعث بنتا ہے ۔ ویان[۵] کل جسم میں رہ کر قوت ارادی کا متحرک ہوتا ہے ۔

کرم اندریاں ۔ زبان ۔ ہاتھ ۔ پاؤں اور بول براز خارج کرنے کی یہ پانچ اندریاں ہیں

کرم اندریاں اور پران مل کر ہمارے جسم کے وہ پردہ یا غلاف

میں جن کو ہم پران مے کوش کہتے ہیں۔

غلط فہمی۔ پران کے ہم نے اوپر پانچ حصے کر دیئے ہیں اور اس کے موقع پر اور فرض کے لحاظ سے انسان کو اختیار ہے۔ چاہے جتنے قسموں میں تقسیم کر دے۔ مگر اتنا خیال کر لینا چاہیئے کہ جیسا لوگ پران کو سانس سمجھ رہے ہیں۔ اس میں تھوڑی سی غلطی ہے۔ حرکات تنفس پران کے مختلف فرائض میں سے ایک ہے

پران اور آکاش کی اصلیت۔ یہ پران اصل میں کیا ہے سوچنے اور غور کرنے کے قابل مسئلہ ہے۔ ہم یہاں اس پر زیادہ بحث نہیں* کریں گے۔ تاہم کچھ ضرور عرض کر دیں گے۔ تاکہ غلط فہمی نہ ہو۔

ہمارے ملک کے درشن کاروں (فلاسفروں) نے کہا۔ کہ یہ برہمانڈ یعنی کائنات صرف دو چیزوں سے بنا ہے۔ ان میں سے ایک اکاش اور دوسرا پران ہے۔ جتنی چیزیں صورت و شکل والی تم دیکھتے ہو سب اکاش ہیں۔ جتنی چیزوں میں تم حرکت اور طاقت محسوس کر رہے ہو۔ یہ حرکت اور طاقت سب پران کی ہے۔ آکاش مادہ ہے پران طاقت ہے۔ ہمارے یہاں موجودہ نسل کے آدمی دونو کے سمجھنے میں غلطی کرتے ہیں۔ ایک طرف وہ آکاش کو خلا اور وسعت کے معنے پہناتے ہیں دوسری طرف پران کو سانس بتاتے ہیں۔ انھوں نے سوال کے صرف ایک پہلو

---

* ہمارے راج یوگ میں پران کا مشرح بیان بہت صفحات میں آ گیا ہے جنکو تفصیل و صراحت کی ضرورت ہو ...... پبلشرز سے منگا کر دیکھ لیں قیمت عہ

پر منظر کی ہے اس لئے غلطی پر ہیں۔

آکاش مادہ ہے۔ آکاش مادہ کی بہت لطیف صورت ہے آکاش ہی ٹھوس آکاش ہی رقیق وسیال ہے اور آکاش ہی گیس اور اس سے زیادہ لطیف بنتا ہے۔ سورج آکاش ہے ہم تم سب آکاش ہیں۔ پانی۔ مٹی۔ ہوا۔ آگ سب آکاش کی صورتیں ہیں۔ اپنی لطیف حالت میں آکاش اس قدر سوکشم ہے کہ کوئی اس کو نہ دیکھ سکتا ہے نہ چھو سکتا ہے۔ مگر جب وہ استھول ہو جاتا ہے۔ وہی ہوا۔ پانی۔ آگ اور مٹی بن جاتا ہے۔

پران طاقت اور حرکت ہے۔ مگر اس آکاش کو کون مختلف صورتوں میں تبدیل کرتا ہے؟ یہ پران ہے۔ جس طرح آکاش مادہ کا بھنڈار ہے۔ ویسے ہی یہ پران تمام طاقت اور حرکات کا بھنڈار ہے۔ خیال سے لے کر حرکات تنفس تک سب پران ہی پران ہیں۔ سورج چمکتا ہے آندھی بہتی ہے طوفان اُٹھتا ہے۔ کوہ آتش فشاں بھڑک اُٹھتا ہے۔ ان سب کی تہ میں پران کام کرتا ہے۔ تم بولتے ہو میں لکھتا ہوں۔ آنکھ جھپکتی ہے۔ ہاتھ اُٹھتے ہیں۔ کیوں؟ کیونکہ ان سب کو پران ہی حرکت دیتا رہتا ہے۔ جس طرح جسم کے رگ و ریشہ میں پران ہر جگہ موجود رہ کر اس کو متحرک رکھتا ہے۔ ویسے ہی کل کائنات کا متحرک بھی پران ہی ہے۔ اب آپ سمجھے۔

اصلیت کا پتہ۔ ویدوں میں سوال آتا ہے "وہ کیا ہے جس کے جاننے سے سب کچھ جان لیتے ہیں" کیا تم سب چیز

کا علم حاصل کر سکتے ہو۔ کبھی نہیں۔ سر ٹپک کر مر جاؤ۔ آخر تک اپنی
نادانی کا اعتراف کرتے ہی رہو گے۔ مگر اصل کے جان لینے
سے فروعات کی سمجھ آ جائے گی۔ جڑ کو پکڑ لو۔ ٹہنیاں اور
ڈالیاں۔ پھول پتے سب اختیار میں آ جاویں گے۔ اسی طرح
ایک پران کے جان لینے سے نہ صرف دُنیا کی تمام طاقتوں
کا پتہ لگ جاتا ہے بلکہ انسان ان سب طاقتوں پر قابض
ہو جانے کا راز جان لیتا ہے۔ ہمارے جسم کا پران کائنات
کے پرانوں سے زیادہ قریب ہے۔ اس لئے جو کوئی اُس پر
قابو پا لے۔ وہ صاحب اختیار بن جاتا ہے۔ تم پران پر
حاوی ہو جاؤ۔ تمام جسم تمہارے اختیار آ جائے گا۔ چونکہ
اصل میں خیالات۔ محسوسات۔ خدشات۔ وسوسات و
دیگر تمام باتوں کا متحرک پران ہے۔ اس پران کو پکڑ لو۔ سب
خود بخود رک جائیں گے "چت کی ورتیوں کا نرودھ ہو جائیگا"

پران کی طاقت

یہ پرانایام یعنی پران یوگ کا اصلی مطلب ہے۔ جس نے
پرانوں کا سادھن کر لیا وہ چاہے تو محض اپنے خیالات
کو ہزاروں کوس بھیجکر بیمار کو صحت بخش سکتا ہے۔
بہ آسانی اپنا خیال دوسروں کے دل میں ڈال سکتا ہے
اس کے لئے وسعت اور وقت کی اصلاح ناکارہ ہو جاتی ہے
اس میں خود بخود عجیب و غریب طاقتیں آ جاتی ہیں

مثال۔ ایک جھیل پہاڑ کے دامن میں واقع ہے۔ ہوا زور
سے بہ رہی ہے۔ جھیل کے پانی میں طلاطم ہے۔ لہروں کے

شور سے کچھ سنائی نہیں دیتا۔ اگر کوئی طاقت ہوا کو مٹھی میں باندھ لے۔ تو تمام شور خود بخود بند ہو جائے گا۔ سطح میں سکون کی حالت پیدا ہو جائے گی۔ اور دیکھنے والا دیکھ سکے گا۔ کہ پانی کے اندر کیا ہے۔ تمہارا من جھیل ہے۔

مشابہت - خیالات اس میں لہریں ہیں۔ پران کی طاقت طوفان تموج خیز ہے۔ جب تک خیالات اُٹھتے رہیں گے تب تک یہ نہیں معلوم ہوگا۔ کہ من کی اصلیت کیا ہے۔ پران کو روک لو تب تم من کو دیکھ سکوگے۔

پران یوگ - یہ پرانایام کا شغل ہے۔ اس سے صرف اتنی مراد ہے کہ چت کی ورتیاں روک دی جائیں۔

منومے کوش - آیئے اب تیسرا پردہ اٹھائیں۔ یہ تیسرا پردہ منومے کوش ہے۔ پانچ گیان اندریاں اور من ان کے مجموعی غلاف کا نام منومے کوش ہے۔ من کیا ہے۔ من سنکلپ وکلپ اُٹھانے والا ہے۔ گیان اندریاں - آنکھ - ناک - کان - چرم - زبان (ذائقہ) ہیں۔ من مرکز۔ خواہ سرچشمہ ہے۔ اندریاں نالیاں ہیں۔ جیسے کسی حوض سے نالی کاٹ کر کوئی شخص دوسری جگہ پانی لے جاتا ہے ویسے ہی من ان اندریوں کے توسّل سے کام کرتا ہے۔

من کا سمجھنا سمجھانا آسان بات نہیں ہے۔ من ہی ہے جو پھنساتا ہے۔ من ہی ہے جو آزاد کرتا ہے۔ جس نے اس من کو قابو میں کر لیا سب کچھ اس کے ہاتھ آ گیا۔ مگر یہ مشکل کام ہے کہنا سہل۔ مگر کرنا لوہے کے چنے چبانا ہے۔ سنو پرم سنت کبیر صاحب

کیا کہتے ہیں۔

(۱) پڑھنا۔ گِننا۔ چاتری۔ یہ تو بات سہل
گگن چڑھن من بس کرن یہی بات مشکل

(۲) من موٹا من پاتلا۔ من پانی من لائے
من کی جیسی اوپچے۔ تیسے ہو جائے

(۳) من کے بہتے رنگ ہیں چھن چھن بدلے سوے
ایک رنگ میں جو رہے۔ ایسا برلا کوئے

یہ من ایسا زبردست پردہ ہے۔ جس کے سلسلہ میں تہ بہ تہ پردے ملیں گے۔ کوئی کہاں تک بیان کرے مگر خیر۔ ہم کچھ نہ کچھ محض اس وجہ سے کہیں گے۔ تاکہ تم ہماری بات کو اچھی طرح سمجھ سکو۔ من کے زیادہ پردوں میں گھسنے کی کیا ضرورت ہے صرف معمولی طور پر سمجھانے کی کوشش کی جائے گی۔

من کی تین قسمیں۔ عام طور پر من کی تین قسمیں بنائی گئی ہیں۔ مدوری۔ صنوبری۔ نیلوفری یہ صوفیوں کی اصطلاحات ہیں۔ زیادہ وضاحت کے لئے ہم اپنے طور پر سفلی۔ درمیانی اور علوی۔ الفاظ گڑھ رہے ہیں تاکہ اچھی طرح ہماری مفہوم سمجھ میں آسکے۔ من کا سفلی حصہ وہ ہے۔ جس کو ابھی حیوانات و نباتات کے طبقہ سے نشو و نما پاکر ترقی حاصل ہوئی ہے۔ اس میں سمجھ بوجھ کا صرف اتنا ہی مادہ موجود ہے۔ جتنا نباتات اور حیوانات میں ہے۔ یہ کام خوب کرتا ہے۔ مگر سمجھ نہیں رکھتا۔ مثلاً دیکھو۔ تم کھانا کھا رہے ہو۔ جب تک کھا رہے ہو۔ تم کو علم

ہے کہ ہم غذا کو چبا رہے ہیں۔ پانی پیتے وقت اس کا علم رہتا
ہے۔ مگر جہاں لقمہ حلق سے نیچے اُترا۔ پھر تم نہیں جانتے
نہ سمجھ سکتے ہو کہ اب کیا ہو رہا ہے۔ مگر تھوڑی دیر کے لئے
سوچو تو سہی۔ غذا حلق سے نیچے اُتر کر معدہ میں داخل ہوئی
وہاں وہ تحلیل ہو رہی ہے۔ تحلیل ہو کر اسی سے رس تیار
ہوتا ہے۔ اور پھر وہ خون کی شکل میں رگ رگ میں تقسیم ہو
رہی ہے۔ ایڑی سے چوٹی تک سب کو غذا ملتی ہے۔ یہ کون
کرتا ہے؟ یہ تمہارا اپنا من ہے مگر تم کو خبر نہیں۔ اس کو ہم سفلی
من کہتے ہیں۔ یہ من حیوانات اور نباتات سے مخصوص ہے
اور چونکہ ہم خود ان درجوں سے گذر کر آئے ہیں۔ اس لئے ہم
کو بھی وہ وراثت میں ملا ہوا ہے۔ یہ من کا سب سے نیچے حصہ
ہے۔ مگر اس کے کاروبار کتنے حیرت انگیز ہیں۔ اور اس کے
کام کرنے کا رقبہ بھی کتنا وسیع ہے۔ جس پر غور کرتے ہوئے
عقل کا دماغ بھی چکر کھانے لگتا ہے۔ دوسرا حصہ وہ ہے جس
کا ہم کو علم ہے۔ ہم بولتے ہیں۔ ہم لکھتے ہیں۔ کام کرتے ہیں۔ ان
سب باتوں کی ہم کو تمیز ہے۔ یہ درمیانی من ہے۔ مگر یہ نیچے
کے حصے سے علیحدہ نہیں ہے۔ ہم بولتے ہیں۔ مگر ساتھ
ساتھ من کا ایک حصہ سوچتا بھی جاتا ہے۔ ایک شخص نے
کوئی سوال پوچھا۔ ہم بات چیت کر رہے ہیں۔ مگر اندر ہی اندر
کوئی طاقت بآسانی غور و فکر بھی کر رہی ہے۔ سوال تھوڑی
دیر بعد آپ ہی آپ حل ہو گیا۔ اور لو۔ جواب موجود۔ کیا یہ حالت

نیم شعور

تم پر کبھی نازل ہوتی ہے؟ ہر شخص کی زندگی میں ایسے واقعات ہوئے ہیں۔ کوئی کیوں فضول مثال دے۔ سوچو۔ کون طاقت اندر ہی اندر سوچ رہی تھی۔ یہ تمہارا سفلی من تھا۔ سفلی من کے کاروبار کا ڈھنگ بہت نرالا ہے۔ رات کے دس بجے ہیں نیند آرہی ہے۔ طالب علم کو سبق زیادہ یاد کرنا ہے۔ مگر وہ سونے کے لئے مجبور ہے اس نے اپنے دل میں کہہ دیا۔ بارہ بجے ضرور جگا دینا۔ اور دیکھو ابھی گھڑیال پر مشکل سے موگری پڑی ہوگی کہ وہ اُٹھ بیٹھا۔ اور اپنے کام کاج میں لگ گیا۔ یہ تمہارا سفلی دل ہی تو تھا۔ جو نادانستہ سوچتا رہا۔ اور وقت پر حیرت انگیز کام کرتا رہا۔ غرضیکہ سفلی دل کے جذبات کچھ بہت ہی عجیب قسم کے ہیں۔ درمیانی من کو تمیز اور سمجھ ضرور ہے۔ مگر اس کے کام کرنے کا رقبہ بہت محدود ہے۔

علوی۔ من کے دو پردے تم نے دیکھ لئے۔ اب تیسرے پردہ پر آؤ۔ اس کو ہم نے علوی من کہا ہے۔ یاد رہے علوی سفلی صرف تمہارے اپنے گھڑے ہوئے لفظ ہیں۔ تاکہ ہماری مراد اچھی طرح سمجھ میں آجاوے۔ علوی من کی بلند پروازی کا کیا ٹھکانا ہے۔ کون ہے جو اس پر بغیر متحیر ہوئے غور کر سکے یہ من اونچے طبقات کی کبھی کبھی سیر کرتا ہے۔ عالم رویا۔ روحانی طبقہ سب جگہ اس کی پہنچ ہے۔ یہ درمیانی من کے پرے ہے۔ بہت آدمی ملیں گے۔ جو اپنی خاص مزاج اور فطرتی سرشت کی وجہ سے اس میں سیر کرتے ہیں۔ جب نبی اور رسولوں کا من اس طبقہ میں پہنچا۔ اور صریحی واقعات

کا علم ہوا۔ وہ اس کو وحی۔ الہام۔ اور جبرائیل کا پیغام کہنے لگے۔ معمولی سمجھ والی عورتوں نے آسیب بھوت اور چڑیل۔ خواہ بھوانی ماتا کا ڈھکوسلہ بنا دیا۔ گیانیوں نے اس کو ترشنا او سنفا کہہ دیا۔ صوفی نے استغراق کا عالم رویا بنایا۔ یوگی سو یکلپ سمادھی کا منتظر موقع قرار دیا۔ بات ایک ہے۔ جو جس سمجھ کا ہے اس کو ویسے ہی معنی پہناتا ہے۔

یہ علوی من کے اونچے مقامات کی حالت ہے۔ جس پر غور کرنے سے بآسانی سمجھ میں آسکتا ہے کہ اس من کی رسائی کہاں تک ہے۔ میرے نیک پڑھنے والو! تعصب و تنگ خیالی کو چھوڑ کر اگر دیکھو گے۔ تو یہاں ہی سے تم کو مذہبوں کے ابتدا کی خبر ملے گی۔ یہاں ہی رشیوں نے وید کے منتروں کو دیکھا۔ یہاں ہی رسولوں نے خدا میاں سے بات چیت کی۔ یہ طبقہ بھی بہت وسیع ہے۔ جس کے لئے وسعت کی اصلاح بھونڈی اور نکمی ہے۔

اس منومے کوش کو جیر کر قابو کرنا راج یوگ کہلاتا ہے۔ جب یہ من ہاتھ آجاتا ہے۔ اس وقت سب کچھ مل جاتا ہے۔ کبیر صاحب فرماتے ہیں۔

من ہی کو پربودھیئے۔ من ہی کو اپدیش۔
جو یہ من بس آدہی۔ تو شش ہوئے سب دیس

سلوکا ۲۲۲ (حاشیہ)

راج یوگ۔ اسی خیال کو مدنظر رکھ کر اکثر یوگ ہٹ یوگ اور پران یوگ کی ضرورت نہیں محسوس کرتے۔ صرف راگ یوگ

کی اہمیت پر زور دیتے ہیں۔ جس کی ابتدا دھارنا سے ہوتی ہے
وگیان مے کوش۔ تین پردوں کا حال معلوم ہو گیا۔ اب
آؤ۔ چوتھا پردہ کھول کر تمہیں دکھا دیں۔ درشن کار۔ اس کو وگیان
مے کوش کہتے ہیں۔ بدھی اور گیان اندریوں کا مجموعہ وگیان
مے کوش کہلاتا ہے۔

بُدھی۔ بُدھی کیا ہے؟ بدھی نرنے آتمک۔ اور نشچے آتمک
ہے۔ یہ ہمارے جسم کا وہ اصول ہے جو ہر چیز کے متعلق یقین کا
فتوے دیتی رہتی ہے یہ من سے اور اہنکار سے بھی پرے ہے
من کا کام سوچنا وچارنا ہے۔ بُدھی کا فیصلہ کرنا ہے۔ من کو بُدھی
سے نیچے کہا گیا ہے۔ بُدھی سے بڑھ کر دُنیا میں کیا ہے؟ تمام
ترتیب۔ ترکیب۔ اختراع۔ ایجاد۔ اسی کے ہاتھوں سے کرتب
ہیں۔ گیانی اس بُدھی کا آسرا لے کر کہتے ہیں کہ ہم اسی کی مدد
سے حق ناحق۔ ست اسَت کا نرنے کر کے اصلیت سے ہمکنار
ہو سکتے ہیں۔ اور اس لئے وہ اور قسم کے شغل و عمل سے بے پرواہ
بن کر صرف بُدھی ہی سے کام لیتے ہیں۔ اور بُدھی کے بس میں
آجانے سے وہ مغز حقیقت تک رسائی حاصل کر کے
اپنی زندگی کے مقصد کو پورا کر لیتے ہیں۔ اسی کو گیان یوگ
کہتے ہیں۔

آنند مے کوش۔ پانچواں یا آخری پردہ آنند مے کوش
کہلاتا ہے یہاں کے آتما پر صرف کارن خلاف ہوتا ہے۔ جیسا
کہ سکھوپتی کے وقت انبھو ہو سکتا ہے۔ یہ بہت اونچی حالت

ہے۔ یہاں پر پہنچے ہوئے یوگ صرف روح سے براہ راست اپنی ہدایت طلب کر کے اس لطیف سے لطیف پردہ کو ہٹا دیتے ہیں اور اپنے آپ کو آتما میں لین کر دیتے ہیں۔ خواہ اپنے روپ کا ساکشات کر کے بندھن سے چھوٹ جاتے ہیں۔ براہ راست روح سے استفادہ کرنا "آتم یوگ" ہے آتم یوگ۔ اس کو سمجھنا سمجھانا ذرا مشکل ہے۔ تاہم اس قدر اختصار کے ساتھ عرض کرتے ہیں کہ دنیا میں بہت سے ایسے لوگ ملیں گے جو محض "اسم اعظم" سن کر۔ بلا جنبش زبان "گورو" کی باطنی تعلیم سے فائدہ اٹھا کر "آورن بھنگ" کر دیتے ہیں۔ اور آتما میں مل رہتے ہیں۔ جیسے کبیر صاحب اور رامانند جی کا ملاپ تھا۔

پرم پورش سم گور کو جان
بن جبھیا کہیں بچن سوجان

ا؎ مہاواک ۲؎ اگیان کا پردہ پھاڑ دیتے ہیں۔

دوسرا سبق

بیں ہوں

یوگ کی قسمیں۔ پہلے سبق میں یوگ کی مختلف قسمیں بیان کردی گئیں۔ اور ہٹ یوگ۔ پران یوگ۔ راج یوگ۔ گیان یوگ اور آتم یوگ کی نہ صرف مجملی وضاحت کردی گئی۔ بلکہ ان کے اظہار۔ تقویت اور نشو ونما کے طبقات تک کا عام فہم پیرایہ میں پتہ بھی بتا دیا گیا۔

اور تین قسمیں۔ عام مصنفین میں سے کسی نے یوگ کی تین کسی نے چار قسمیں قائم کی ہیں۔ مثلاً کرم یوگ۔ راج یوگ۔ بھگتی یوگ اور گیان یوگ۔

بھگتی یوگ علیحدہ نہیں ہے۔ ہم بھگتی یوگ کو علیحدہ یوگ تسلیم کرنے کے لئے تیار نہیں ہیں۔ کیونکہ جس شخص میں بھگتی نہیں ہے وہ وہ اس کی راہ کی کسی منزل میں قدم بھی نہیں رکھ سکتا۔ ہر قسم کے یوگ میں بھگتی کا ہونا ضروری ہے اس لئے اس کو علیحدہ قسم کے یوگ کی صراحت فضول ہے ان لوگوں کی دانست میں عشق الٰہی کے جذبات پیدا کرنا اور ست سنگ۔ صحبت مرشد۔ ارکین پرستش کی پابندی اور دل کی یکسوئی کا شغل بھگتی یوگ ہے۔ کرم یوگ

کے معنی یہ ہیں کہ اِنسان بےغرضانہ طور پر دُنیا میں اپنے مفروضہ فرائض کو بلا خیال نتیجہ کے پرستش سمجھ کر انجام دینا چاہئے اس سے بھی روحانی جذبات پیدا ہو کر اِنسان کو نجات کا مستحق بنا دیں گے۔

اس تقسیم کی نظر سے بھی اب ہمارے پڑھنے والوں کو مختلف قسم کے یوگ سے کسی حد تک واقفیت ہونی چاہئیے۔ تاکہ ان میں شک وشبہات پیدا ہونے کا خدشہ نہ رہے۔

ضروری بات۔ اس قدر تمہید کے بعد اب ہم راج یوگ کے سلسلہ میں اپنے مطالعہ کرنے والوں کو ان ضروری باتوں سے واقفیت دلانا چاہتے ہیں۔ جن کا جاننا وسمجھنا نہ صرف عامل وشاغل کے لیئے لازمی ہے۔ بلکہ ہر شخص کے لیئے جس میں ذرہ بھی سمجھ وتمیز ہے۔ ان کا ذہن نشین کر لینا زندگی کے لیئے ہر قسم کے کاروبار میں مفید ثابت ہوگا یوگ کی کتابوں میں ان باتوں کی اصلیت کا پتہ نہیں دیا گیا صرف شغل کی ہدایت کی گئی ہے ہم نہ صرف اس کو واضح پیرایہ میں بیان کریں گے۔ بلکہ یہ بھی بتا دیں گے کہ ایسا کیوں کرنا چاہئیے۔ اور اس کی اصلی غرض کیا ہے؟

اہم بھاؤ۔ سب سے پہلے یوگ کے عامل کو اس بات کا خیال دلایا جاتا ہے کہ اس کی اپنی بھی کچھ اصلیت ہے۔ اس کو اہم بھاؤ کہتے ہیں۔ زندگی معدنیات سے شروع ہو کر نباتات اور حیوانات میں بتدریج منتقل ومتبدل ہو آتی ہے مگر ان میں سے کسی میں اہم بھاؤ نہیں پیدا ہوتا۔ یہ تمیز صرف انسان میں آتی ہے مگر وہ بالکل ناقص ہوتی ہے کیونکہ اگیان کے ساتھ ملی رہتی ہے اس لئے انسان غلطی سے اس جسم

کو اپنی ذات سمجھنا ہے۔ جہاں یہ غرض ہے کہ وہ اس جسم کو علیحدہ سمجھے ساتھ ہی یہ بھی خیال رہے کہ "میں" بھی کچھ ہوں۔

یم۔ نیم۔ اس امر کے خیال دلانے کی غرض سے سب سے پہلے یم اور نیم کے سادھن کرائے جاتے ہیں۔ قابل ترک۔ مذموم اوصاف کو یم کہتے ہیں۔ قابل پذیرائی اور نیک اوصاف کو نیم بولتے ہیں

یم۔ ہنسا نہ کرنا۔ جھوٹ نہ بولنا۔ چوری سے باز رہنا۔ استری کی صحبت سے بچنا۔ اور خیرات نہ لینا یہ یم ہیں۔ ان کو کیوں اختیار کرنا چاہیئے؟ کیونکہ ان کے دور ہونے سے مخالف خیالات۔ جو انانیت اور ابہم بھاؤ کے پیدا ہونے میں خارج ہوتے ہیں نہ ستائیں گے۔ اور انسان میں لطافت آتی جائے گی۔ اور وہ یقینی طور پر اپنے سروپ میں داخل ہونے اور اپنی ذات کے علم حاصل کرنے کے قابل بنے گا۔

ہنسا۔ جو شخص من بچن کرم سے کسی کو نہیں ستاتا۔ اس کے خیالات میں چنچلتا نہیں آتی۔ جو گوشت نہیں کھاتا اس کا من ایسی غذا سے نہیں بنتا۔ جو چنچلتا کی مددگار ہے۔ جو کسی کو مارتا۔ ستاتا یا دکھ دیتا ہے وہ ہنسک اور پاپی ہے جو کسی کے مارنے۔ ستانے یا دکھ دینے کا خیال دل میں لاتا ہے۔ وہ ہنسک اور پاپی ہے اور اس میں آتما کے جاننے سمجھنے اور رمن کرنے کی قابلیت نہیں آویگی۔ اس لئے ہنسا قابل ترک ہے۔

جھوٹ بولنا۔ جو جھوٹ بولتا ہے۔ وہ بزدل۔ ڈرپوک بے ایمان اور ایسے پھل کی خواہش رکھتا ہے جو بغیر محنت کے حاصل ہو جائے۔ جو آتما کا خیال مضبوطی سے دل میں رکھنا چاہئیے۔ وہ بیخوف ہو با ایمان

ہو۔ راستباز ہو۔ خود محنت کر کے اپنا کام نکالتا ہو۔ جو جھوٹ بولے گا اس کا من سچائی کی طرف جو آتما کا مرادف ہے۔ راغب نہ ہوگا۔ اس لئے جھوٹ قابلِ ترک ہے۔

چوری کرنا۔ چوری لوگ کیوں کرتے ہیں؟ اس کے دو سبب ہیں۔ ایک ضرورت دوسری ہوس۔ عام انسان کے لئے ضرورت کسی حد تک قابلِ معافی ہے۔ مگر یوگی کے لئے وہ بھی امر قابلِ معافی نہیں۔ جس میں اپنی ضرورت رفع کرنے کی خود عادت نہ ہو۔ کبھی یوگ کا دل میں خیال نہ لائے۔ کیونکہ چوری کے سلسلہ میں اس میں جھوٹ و ہنسا سب کا پاپ آجائے گا۔ ہوس کرنا مایا کے جال میں پھنسنا ہے۔ یوگ آدمی کو ویراگی بناتا ہے۔ ہوس مایا میں پھنساتی ہے۔ کبیر صاحب فرماتے ہیں مایا اور چھایا دونو کی ایک حالت ہے جو اس کے پکڑنے کا خواہشمند ہے اس سے یہ بھاگتے ہیں۔ جو ان سے دور بھاگتے ہیں یہ برعکس اس کے ان کا پیچھا کرتے ہیں۔ جب عامل چوری کا خیال چھوڑ دے گا۔ مایا خود بخود اس کی خواہشمند ہوگی۔ اس لئے چوری قابلِ ترک ہے۔

برہم چریہ۔ استری کی صحبت سے بچنا برہم چریہ ہے۔ برہم چریہ آٹھ قسم کا ہے۔ زن و مرد کی باہمی صحبت سے پرہیز۔ منشی۔ تُرش کڑوی اشیاء کے استعمال سے پرہیز۔ عشقیہ کتابوں کے پڑھنے سے پرہیز۔ بُرے آدمیوں کے پاس بیٹھنے سے پرہیز۔ عورت کے خیال سے پرہیز۔ عورت وغیرہ کے جسم کے مس کرنے سے پرہیز۔ اعضا تناسل کے ہاتھ لگانے سے پرہیز۔ منی کے انزال کرنے سے پرہیز

جو اس اصول پر مضبوطی سے عامل ہے۔ وہی سچا برہمچاری ہے دُوسرا نہیں۔

مگر برہمچریہ کیوں کیا جائے؟ اس کا جواب یہ ہے کہ انسان میں اس کی منی طاقت اور قوت کا باعث ہے۔ جو بیرج وان نہ ہوگا۔ اس میں چنچلتا رہے گی۔ یکسوئی نہیں حاصل ہوگی۔ من ملین رہے گا۔ اور وہ آئندہ یوگ کے شغل کے ناقابل بنے گا۔ ایک سبب تو یہ ہے دُوسرا یہ کہ اسی بیرج سے انسان کے دماغ کا وہ سیال حصّہ بنتا ہے جس کو سنسکرت میں "اوجس" کہتے ہیں۔ جس میں اوجس جتنا زیادہ ہوگا۔ وہ اتنا ہی صاحب جلال۔ تیج والا۔ صاحب عقل و تمیز ہوگا۔ یہی شخص یوگ کرکے سمادھی کے قابل بنیگا اور گیان کا مستحق کہلائیگا۔ جس میں اوجس نہیں ہے وہ جیتا ہُوا بھی مُردہ ہے اس میں برہمچریہ کا تیج نہ پیدا ہوگا۔ نہ وہ اپنے آپ کو نہ دوسروں کو قابو میں نہ رکھ سکیگا۔ رام۔ کرشن۔ لکشمن بھیشم وغیرہ بیرجیہ وان تھے۔ یہ اُن کی کامیابی کا اصلی راز ہے اس وجہ سے عورت اور اس کی صحبت کا خیال قابلِ ترک ہے۔

خیرات نہ لینا۔ جو دُوسروں کی خیرات قبول کرتا ہے۔ اپاہج بنتا ہے۔ خیرات دینے والے کی برائی کا بلا ضرورت شریک ہوتا ہے اپنے اوپر بھروسہ رکھنے کی عادت اس میں کبھی نہ پیدا ہوگی۔ اس لئے "میں" کا اہم بھاؤ اس میں آویگا۔ من پر تاریک اور غلیظ پردے پڑ جائیں گے۔ اس میں اپنی گذشتہ و موجودہ زندگی کے حالات یاد داشت کی طاقت نہ آوے گی۔ ضرورت یہ ہے۔ کہ

انسان اپنے اوپر بھروسہ رکھے۔ اپنے آتما کو سب کا جاننے والا سمجھے۔ اپنے سروپ میں قائم ہو۔ اپنے من کے پردوں کو پھاڑتا ہوا دیکھ سکے کہ پہلے جنموں میں کیا کرم کئے تھے تاکہ وہ ترکال درشی بن سکے۔ چونکہ خیرات لینا ان اوصاف کے پیدا ہونے میں حارج ہوتا ہے۔ اس لئے وہ قابلِ ترک ہے۔

جو اس طرح یم کو سمجھ کر ان کا شغل کرے گا۔ اس میں اہم بھاؤ پیدا ہوگا۔ اور وہ مادہ کے غلام بننے کے عوض اس کا مالک ہو جائیگا نیم بغیر یم کے فضول ہے۔ جس نے یم نہیں کیا۔ اس کو نیم کرنے سے اس قدر فائدہ نہ ہوگا۔ پہلے برتن کو خالی کرو تب اس میں کسی بہتر چیز کی گنجایش ہوگی۔ یہ ایک قدرتی اصول ہے۔ اس لئے یم کے سادھن کے بعد نیم کرو۔ جس کے انگ ذیل میں درج کئے جاتے ہیں۔ نیم شوچ (صفائی) سنتوش۔ تپ۔ سوادھیا اور ایشور پرنیدھان ہے۔

صفائی۔ جسم کی اندرونی اور بیرونی صفائی دونو لابدی ہیں۔ کیونکہ بیرونی صفائی سے تازگی فرحت اور بشاشت ملے گی۔ اندرونی صفائی سے آتما کے درشن کا استحقاق ہوگا۔ اگر صرف بیرونی صفائی ہی میں لگے رہو گے تو پھر جسم ہی کو سب کچھ سمجھ لو گے۔ اندرونی بیرونی صفائی سے جسم کا خیال جاتا رہے گا۔ نہانا۔ دھونا۔ صاف کپڑے پہننا وغیرہ بیرونی صفائی ہے۔ جسم کا خیال دل سے دور کرنا اندرونی صفائی ہے جس کو تم خوبصورت شکل کہتے ہو۔ اگر اس میں اہم بھاؤ نہیں پیدا ہوا تو یوگی کی نگاہ میں وہ حیوان کی صورت نظر آئیگی

صفائی سے من خوش ہوگا۔ ساتوک بنے گا۔ اندریاں قابو میں آویں گی۔ یکسوئی حاصل ہوگی۔ اہم بھاؤ پیدا ہوگا۔ اس لئے صفائی قابل پذیرائی ہے۔

سنتوش۔ قناعت۔ موجودہ سامان پر صابر رہنا قناعت اور سنتوش ہے۔ کیونکہ اگر صبر نہ ہوگا تو چنچلتا پیدا ہوگی اور چنچلتا کے ساتھ ساتھ اس کے دوسرے برے ساتھی خود بخود دل میں سما جائینگے۔ اور یوگ کا مقصد مفقود ہو جائیگا۔ اس لئے سنتوش قابل پذیرائی ہے۔

تپ۔ ریاضت اور نفس کشی کو تپ کہتے ہیں۔ تپ کی صراحت طول طویل داستان ہے۔ یہاں صرف اتنا کہتے ہیں

شم: شم اور دم اصلی تپ ہے۔ اندریوں کا قابو میں لانا شم اور من کو بس میں رکھنا دم ہے۔ انسان میں جس قدر کمزوریاں نظر آتی ہیں ان کا اصلی سبب یہ ہے کہ اندریاں اور من دونوں منہ زور اور سرکش ہو رہے ہیں۔ اس لئے وہ مجبور اور لاچار ہے اس کی عقل و تمیز کا دائرہ محدود ہے۔ اس میں گرمی نہیں آتی۔ گرمی نہ آنے کی وجہ سے اہم بھاؤ پیدا نہیں ہوتا۔ جس شخص نے تپ کر لیا۔ وہ دور کا دیکھنے والا۔ دور کی آواز سننے والا۔ عام رویا میں گزرنے والا۔ اور لوگوں کے خیالات کا باآسانی جانچ کرنے والا بن جاتا ہے۔ یہ ہم نہیں کہتے کہ تم ان طاقتوں کے حاصل کرنے کے لئے تپ کرو۔ یہ خیال غلط ہوگا۔ تپ کی طاقت سے تمہاری نگاہ اونچی ہوگی۔ تم اپنے آتم سروپ کو دیکھ سکو گے۔ اس لئے تپ

قابل عمل و قابل اختیار ہے۔

سوادھیاء۔ سوادھیاء مطالعہ کو کہتے ہیں۔ وید۔ آپ نشد سنتوں کی بانی کا پڑھنا۔ مہاتماؤں کے ست سنگ میں شروِن منن ندھیاسن کرنا۔ کسی نام کا جاپ کرتے رہنا اور اس پر وچارنا یہ سوادھیاء ہے۔ اگر انسان روزانہ اس کا عمل کرتا رہے۔ تو عقل پختہ ہوگی۔ یکسوئی خودبخود آجائے گی۔ اور اہم بھاؤ پیدا ہو جائیگا اس لئے سوادھیاء قابل عمل ہے۔

ایشور پرندھان۔ ایشور پرندھان کے معنی یہ ہیں۔ کہ اپنے آپ کو مالک کی مرضی کا تابع بنا لو۔ جس میں ایشور کا وشواس نہیں جو ایشور کو محیط کُل۔ قادر مطلق اور حاضر ناظر نہیں سمجھتا۔ اور اس کے دربار میں سر تسلیم خم کرنے کا عادی نہیں وہ یوگ کا ادھکاری نہیں ہے۔ ایشور پرندھان ہونا نہایت لازمی ہے۔ کیونکہ اس سے بآسانی دوند سے چھوٹ جانا ممکن ہے۔ گرمی۔ سردی۔ دُکھ۔ سُکھ نفرت و رغبت وغیرہ وغیرہ دوند (ضدیں) کہلاتے ہیں۔ انہیں کے برداشت کرنے کی طاقت کو تیکشا بھی کہتے ہیں۔

اپنے آتما کے سروپ میں داخل ہو کر ایشور کے خیال میں مضبوطی سے قائم ہو جانا ایشور پرندھان ہے اس سے اہم بھاؤ زیادہ پیدا ہوتا ہے۔ کیونکہ عامل یہ سمجھنے لگتا ہے۔ کہ "میں" اپاسنا کرتا ہوں۔ اور چونکہ یوگ کی ابتدائی منزل میں یہ سب سے زیادہ اہم ضروری اور مفید ہے۔ اس لئے یہ قابل پذیرائی ہے۔

یہاں تک یم اور نیم کا بیان ہوا۔ اور ان کی اصلی غرض بھی ظاہر

کردی گئی سُننے ہیں یہ اِتنا اچھا معلوم نہیں ہوگا کہ انسان یہ سب گورکھ دھندا صرف اپنے اہم بھاؤ کی پیدایش کے لئے کرتا ہے۔ مگر یہ اصلیت ہے۔ اہم بھاؤ صرف ان میں پیدا ہوتا ہے۔ جو بااخلاق نفس کُش اور ایشور کے وشواسی ہیں۔ جو بداخلاق ہے۔ خواہ اندریوں کے سیلاب میں بہا جاتا ہے اس میں اس وصف کا آنا ذرہ مشکل ہے، اور جب تک یہ وصف نہیں آتا نہ اس کو اپنے سروپ کا گیان ہوگا۔ نہ آئندہ رُوح کے علوی طبقات میں باریابی کا موقعہ ملے گا۔

اپنی ذات کا علم۔ تمام سائنس اور فلسفوں کا لب لباب یہ ہے۔ کہ انسان اپنے آپ کو جانے۔ مگر اوسط درجہ کے آدمیوں میں اس کی سخت کمی نظر آئے گی۔

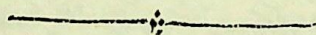
قوت ارادی کی پختگی سے اہم بھاؤ پیدا ہوگا۔ انسان عجیب طرح کا مخلوق ہے۔ انسان کی ہڈیوں کا سانچہ اس کی معدنی یا معدنیاتی زندگی کا ظہور ہے۔ کیونکہ اگر بغور دیکھا جائے۔ تو اس کی ہڈی جسم اور خون میں بہت سے اشیا کا پتہ لگے گا۔ جن کو ہم دھات کہتے ہیں۔ اس کی رگیں اور نسوں جسمانی زندگی نباتات سے مشابہ ہے اور پھر گوشت پوست اور محسوسات اور خواہشات۔ سفلی جذبات وغیرہ کے لحاظ سے وہ حیوانات سے زیادہ مشابہ ہے۔ بہ حیثیت انسان اس میں دماغی و دلی جذبات موجود ہیں۔ ان کے پردوں کو کھولنا اور ان پر غالب آکر ان کی مدد سے اونچے چڑھ کر اپنے سروپ کو دیکھنا یہ صرف انسان سے مقصود ہے اور یہ کام صرف قوت ارادی کی پختگی مضبوطی اور

نشو و نما پر منحصر ہے۔ اسی کو ہم اہنکار بھاؤ کا پیدا ہونا بتاتے ہیں۔ یہ اہم بھاؤ حیوانات میں نہیں ہے۔ کیونکہ یہ اس وقت تک نہیں پیدا ہوتا جب تک انسان اہنکار کے طبقہ پر نشست کرنے کا عادی نہیں ہوتا۔ جب وہ سمجھنے لگے گا کہ "میں" کچھ ہوں۔ اس وقت اس میں تمیز پیدا ہو گی۔ جو اس کو اناتم چیزوں سے علیحدہ کر کے دکھا دے گی۔

انسان جس طرح عقل و تمیز میں بڑھتا جائے گا۔ اسی طرح اس کو اپنے رنج سروپ کی عقل آتی جائے گی۔ پہلے وہ جسم کو سب کچھ سمجھتا تھا۔ سوچ وچار سے اب وہ من کو اہمیت دینے لگا پھر اس کے بعد اہنکار سے مل کر ایک درجہ اور ترقی کر لی۔ اور جب وہ اور ذرا آگے بڑھے گا تو گیان کی اس زبردست راج یوگی کی باتوں کو سمجھنے لگے گا۔ جو اپنی لاثانی کتاب بھگوت گیتا میں کم و بیش اس طرح فرما گیا ہے "میں دائمی ہوں۔ میری ذات قدیم ہے۔ نہ آگ مجھ کو جلا سکتی ہے نہ پانی تر کر سکتا ہے۔ نہ ہوا سکھا سکتی ہے۔ بھالے برچھی مجھ کو نہ مار سکتے ہیں نہ زخمی کر سکتے ہیں۔ جسمانی زندگی کے امتحانات خواب و خیال ہیں۔

اس لئے جن کو یوگ کی اصلیت اور اہمیت کے سمجھنے اور اپنے آپ کو روح کے ذرا اونچے طبقہ پر نشست کر کے اپنے 'من' کے جاننے کی خواہش ہو تو ان کو یم اور نیم کا سادھن خواہ وہ کسی طرح سے ہو اختیار کرنا چاہیئے۔ تاکہ اخلاق درست ہو۔ صفائی آ دے دل آزاری اور جھوٹ و چوری کی عادات دور ہوں۔ ایشور پر اٹل

وشواس ہو۔ برہمچریہ کا تیج پیشانی پر چمکتا رہے۔ صاحب استقلال نفس کُش۔ خوددار اور نیک و سچا بنے۔ تب وہ انانیت یعنی "اہم بھاؤ" کو پیدا کر لے گا۔

یہ عمل و شغل کس طرح کرنا چاہئے ہر شخص کی طبیعت پر چھوڑ دینا چاہئیے۔ صرف سوچنے وچارنے اور اپنی طبیعت کے یکسو کرنے۔ اور ایشور کی عبادت سے یہ اوصاف خود بخود پیدا ہونگے عامل کو خواہ مخواہ طوالت کی اُلجھن میں پھنسانا منظور نہیں ہے۔ اگر کوئی شخص صرف سچے دل سے کسی مہاتما کا ست سنگ کرتا ہے۔ تو اس میں بھی یہ سبب بآسانی پیدا ہو سکیں گے اور وہ "اہم بھاؤ" کو اپنے دل میں پیدا کر کے یوگ کی دوسری منزل کے قابل بن جائے گا۔

تیسرا سبق

میں ہوں

یوگ کا پہلا زینہ یہ ہے کہ انسان میں انانیت پیدا ہو۔ اس کو اپنی ذات کا علم ہو۔ یہ سب سے مقدم بات ہے۔ جب وہ اپنے آپ کو سمجھ لے گا۔ تب اس کو کائنات میں اپنی حیثیت کی سمجھ آوے گی اور بلند نگاہ بن کر اس وجود مطلق اور محیط کل کا بھی علم حاصل کر لے گا۔ جس سے وہ پیدا ہوا۔ جس میں رہتا ہے اور جس میں اس کو پھر واپس جانا ہے اگر انسان کو یہ منظور ہے کہ وہ کائنات کے دقیق مسئلہ کو حل کرے تو سب سے پہلے اس کو اپنی بابت سوچنے کا مادہ ہونا چاہئے۔ اور یوگ بالخصوص بڑی سہولیت کے ساتھ اس عقدہ کی گرہ کشائی کرتا ہوا اس کو باسانی معراج تک واصل ہونے کا ذریعہ بنا دیتا ہے۔

ابتدائی سادھن یم اور نیم کا در پردہ مقصد ہی یہی ہے۔ کہ اس کی نگاہ کے سامنے مکمل آزادی۔ مکمل سرور۔ اور مکمل علم کی معراج ہووے اس کی انانیت کو نشوونما دیتے ہوئے اس کو سمجھ بوجھ کے بلند طبقہ پر سیر کرنے کا موقع بخشے اور وہ یہ باسانی اس جسم میں رہتا ہوا اپنی ذات کو اس سے اس طرح علیحدہ سمجھے۔ جیسے کہ سر کنڈے

کے پتوں کے درمیان تیر یا تیلی رہتی ہے۔ یہ انسان کی اس جسم میں حیثیت ہے۔ ہم اس سبق میں بھی اسی مضمون "میں ہوں" پر بحث کرنے کا ارادہ رکھتے ہیں۔ تاکہ پڑھنے والے کم از کم اس پر اچھی طرح قادر ہو جائیں

سوامی رام چیکر اپنی کتاب راج یوگ میں لکھتے ہیں۔ کہ جہاں تک اس کرۂ ارض سے تعلق ہے۔ انسانی وجود "چیتن" کا ایک عجیب و غریب ظہور ہے اوسط درجہ کے آدمی میں اس بات کی سمجھ نہیں ہے۔ مگر اس سے کسی کو انکار نہیں ہوگا۔ کہ اس کے اندر جسمانی۔ دماغی اور روحانی طبقات سفلی سے لے کر علوی تک سب موجود ہیں۔ اس کی ہڈیاں معدنی اشیاء سے مشابہ ہیں۔ بلکہ اصلیت یہ ہے کہ اس کی ہڈی۔ جسم اور خون میں معدنی چیزیں خود موجود ملینگی جسم کی جسمانی ترتیب و ترکیب نباتات سے مشابہ ہے اور جسمانی خواہشات۔ غلبات اور جذبات کے لحاظ سے وہ ادنٰے درجے کے حیوانات سے ملتا جلتا ہوا ہے بلکہ غور کرنیوالے بسا اوقات دیکھتے ہیں۔ کہ جس انسان کی دماغی و دلی تکمیل میں ابھی تک کمی ہے۔ اس میں نفسانی غلبات ہمیشہ روحانی جذبات کو مغلوب رکھتے ہیں اور ان کو ابھرنے نہیں دیتے"

اتنا ہی نہیں بلکہ اور لحاظ سے اگر آپ بغور نگاہ کریں گے۔ تو انسان کی ذات میں تمام کائنات کا خلاصہ اور جوہر نمایاں صورت میں نظر آئے گا۔ سانکھیہ کا کہنا ہے۔ یہ برہمانڈ پرکرتی ہے۔ پرکرتی تم۔ رج اور ست کی شمولیت کا نام ہے۔ تم کاہلیت۔ رج فاعلیت اور ست سمجھ بوجھ اور آنند کی حالت ہے۔ اس سرشٹی کو جانے

دیکھئے جو غیر محسوس ہے اور نظر نہیں آتی ہے اس کو ہم لوگوں نے معدنیات نباتات اور حیوانات کے درجہ میں تقسیم کر رکھا ہے۔ ان تینوں کی تین حالتیں ہیں۔ معدنیات میں تم غالب۔ اور رج۔ ست مغلوب ہیں اور وہ سوشپتی یعنی گہری نیند کی حالت میں رہتی ہیں۔ اسی حالت میں معدنی چیزوں کا نشو و نما۔ بنا۔ بگڑنا۔ بڑھنا۔ گھٹنا۔ پیدا ہونا اور مرنا ہوا کرتا ہے۔ گرمی پاکر وہ بڑھتی ہیں۔ سردی سے سکڑ جاتی ہیں۔ کبیر صاحب نے اپنی نہایت قابل قدر کتاب انوراگ ساگر میں فرمایا ہے۔ ان میں تم کی پردھانتا ہے۔ مگر یہ رج اور ست سے بالکل خالی نہیں ہیں۔ دوسری نباتات ہیں۔ جن میں زندگی نے ایک درجہ اور ترقی کیا ہے۔ یہ سوپن یعنی خواب کی حالت میں رہتے ہیں اور اسی میں یہ بڑھتے۔ گھٹتے۔ پیدا ہوتے۔ اور مرتے ہیں۔ ان میں احساس کی قوت بھی کسی حد تک پیدا ہو جاتی ہے اور وہ اس کی مدد سے خوشی اور ناخوشی کا اظہار بھی کرتے ہیں۔ کبیر صاحب انوراگ ساگر میں لکھتے ہیں کہ نباتات میں تم کی حالت میں مغلوبیت کا احساس ہونا شروع ہوتا ہے اور رج اور ست کسی قدر ابھر کھڑے ہوتے ہیں۔ جس میں رج کی زیادتی اور ست کی کمی ہوتی ہے۔ علم نباتات کے علما اب یقین کرنے لگے ہیں۔ کہ ان میں بھی احساس کی تمیز کسی حد تک تکمیل پاتی ہے۔ اور جہاں زیادہ نشو و نما یافتہ پودے ملتے ہیں وہاں وہ گھبرا جاتے ہیں کہ ان کو کس درجہ میں قائم کریں۔ کیونکہ شکل و صورت کے لحاظ سے گو وہ نباتات کہے جائیں۔ مگر ان کے کاروبار۔ کھانا پینا مجامعت کرنا۔ حرکت میں رہنا وغیرہ وغیرہ حرکات اس قسم کی ہیں

جو زیادہ تر حیوانات سے مخصوص سمجھی جاتی ہیں۔ لوگ اعتراض کر سکتے ہیں کہ حالت خواب میں رہ کر کس طرح زندگی کے کاروبار ہو سکتے ہیں مگر الیشور کا شکر ہے آج کل خاص خاص آدمیوں میں یہ خصوصیت دیکھی گئی ہے کہ وہ سوتے ہوئے چلتے پھرتے۔ کھاتے پیتے اور چوری تک کرتے ہیں۔ جب کا ان کو حالت بیداری میں علم نہیں ہوتا۔ اس کو انگریزی میں ڈاکٹر سامنم بُلزم کہتے ہیں۔ اور اگر ہم کو آزادی ہو تو ہم کہیں گے۔ کہ نباتات عام طور پر سامنم بلزم کی حالت میں رہتے ہوئے اپنی پرداخت اور تکمیل کیا کرتے ہیں معدنیات اور نباتات سے ترقی کرتی ہوئی جب زندگی حیوان میں آتی ہے اس حالت بیداری کا ظہور ہوتا ہے۔ رج اور ست بہ نسبت نباتات کے ان میں زیادہ اُبھر کھڑے ہوتے ہیں۔ اور ان کے ظہور کے لئے طرح طرح کے حواس اور اندریاں بن جاتی ہیں۔ جاگرت اوستھا صرف حیوان سے مخصوص ہے۔ یہ اپنے کام اسی حالت میں کرتے ہیں۔ لیکن اس سے یہ کبھی نہ سمجھنا چاہیئے۔ کہ ان میں صرف ایک ہی حالت ہے۔ نہیں جیوں جیوں زندگی اوپر آتی ہے اس میں نیچے کے درجے بھی موجود رہتے ہیں۔ اور وہ ان کے اثرات سے خالی نہیں رہتی۔ زیادہ واضح لفظوں میں اس کو اس طرح کہنا چاہیئے۔ کہ معدنیات میں سوشپتی ہے۔ نباتات میں سوشپتی اور سوپن ہے۔ حیوانات میں سوشپتی اور سوپن و جاگرت تین ہیں۔ انسان میں علاوہ ان کے اور حالت ہے۔ جس کو چوتھی اوستھا کہتے ہیں۔ اس کا اصطلاحی نام تُریہ ہے۔ جب میں یہ اوستھا پیدا ہو گئی۔

اس کو سمجھ لو انسان کے درجہ میں داخل ہوا جس میں اب تک نہیں آئی۔ وہ گو صورت وشکل میں انسان ہو۔ مگر ابھی حیوانیت کے درجہ سے اوپر نہیں آیا۔ اسی تریہ اوسمفا کا پیدا کرنا یوگ کا مقصد ہے

در ہد آرنیک اپ نشد میں ایک جگہ انسان کا درخت سے مشابہ کرتے ہوئے رشی یاگیہ ولکیہ نے اس کو الٹا درخت بتایا ہے۔ جو سحر رہتا ہے اس کے خوبصورت الفاظ حسب ذیل ہیں۔

اس کے بال پتے ہیں۔ اس کا پوست چھال ہے۔ اس کے جسم سے خون بہتا ہے۔ اس کے چھال سے عرق نکلتا ہے۔ زخمی انسان کے جسم سے زخم لگنے پر خون برآمد ہوتا ہے زخمی درخت کی چھال سے زخم لگنے پر عرق بہتا ہے۔ لکڑی کی نہیں جو اوپر ہیں گوشت رسے مشابہ ہیں۔ اس کی ناڑیاں اور نسیں اس کے رگ و ریشے ہیں۔ لکڑی کا اندرونی حصہ ہڈی ہے لکڑی کے بھیتر کی مجبر چربی ہے۔

رائے سالگرام صاحب بہادر فرماتے ہیں۔ کہ انسان کے جسم کی نہ درنہ کھال برہمانڈ کے مختلف ومتعدد منڈل سے مشابہ ہیں جن میں خاص قسم کی رچنائیں ہو رہی ہیں

اس برہمانڈ میں انسان کی حیثیت ہے۔ وہ اشرف المخلوقات ہے۔ مگر اس کی شرافت اور فضیلت کا علم اس وقت تک دبا رہتا ہے جب تک اس کے "میں ہوں" کو ابھرنے کا موقع نہ دیا جائے یہ "میں ہوں" یا "اہم بھاو" جب ابھرنے لگتا ہے۔ تب ہی انسان میں قوت ارادی یکسوئی۔ خوش اخلاقی آنے لگتی ہے۔ جس میں یکسوئی نہیں ہے۔ اس کا دل پارہ کی طرح ہمیشہ تڑپتا رہے گا۔ اس میں پس و پیش

عادت نہایت سخت ہو گی اور وہ اپنا کام نہ بنا سکیگا۔ اس لئے اس من کی تربیت کرنا۔ اس کو ایک انداز پر قائم رکھنا اس کا رُخ نیچے سے اُوپر کی طرف پھیرتے رہنا نہایت ہی ضروری ہے اور یہی یوگ کی تعلیم ہے مگر یہ یاد رہے کہ گو یہ من اور بدھی انسان کی جائداد ہیں۔ مگر یہ انسان کی اصلی ذات یا آتما نہیں ہیں۔ قبل اس کے کہ انسان ان پر اچھی طرح حاوی ہو جائے۔ اور ان اوزاروں کا خاطر خواہ استعمال کر سکے۔ اس کو کسی قدر اپنی ذات کا تصور دلا دینا چاہیئے۔ وہ اتنا تو سمجھ سکے کہ یہ جسم میں نہیں ہوں۔ بلکہ میں اس سے علیحدہ اور مختلف ہوں۔

انسان کی اصلی سروپ نورانی آتما ہے۔ جو ایشور کا چہتر۔ ایشور کی آگ کی چنگاری۔ ایشور کے سورج کی کرن یا ایشور کے سمندر کی بوند ہے۔ وہ لافانی ہے۔ دائمی ہے اس پر کوئی غالب نہیں آسکتا۔ اس میں طاقت۔ عقل اور اصلیت ہے۔ مگر جیسے ایک چھوٹے بچہ میں تمام باتیں موجود رہتی ہیں مگر وہ نہیں جانتا۔ اسی طرح انسان کو اپنے اندر کی چھپی ہوئی قابلیتوں کا علم نہیں ہوتا۔ جس وقت اس میں بیداری آنے لگتی ہے اور اس کے خلاف اترتے جاتے ہیں۔ اس وقت اس کو اپنی ذات کی اصلیت کا پتہ ہونے لگتا ہے اور وہ چوکنا بن کر غیر اصلی اشیاء سے بے تعلقی حاصل کرتا ہوا اصلیت کی جانب رجوع ہوتا ہے اور جب آزاد بن کر اپنا گیان حاصل کر لیتا ہے پھر اس کو غیر اصلی اشیاء کے استعمال سے نقصان ہوتا ہے۔

آپ پوچھیں گے آخر یہ "میں ہوں" کیا ہے؟ آؤ اور اس پر غور کرو حیوانات میں یہ "میں ہوں" نہیں ہوتا۔ وہ کسی حد تک باہری دنیا

کا خیال رکھتے ہیں مگر اپنے نفسانی خواہشات وحیوانی محسوسات میں
محدود رہتے ہیں۔ اتنی بات ان میں ہے۔ مگر یہ علم نہیں ہوتا کہ ہم بھی
کچھ اصلیت ہیں اور ہمارے خیالات وجذبات ہم سے علیحدہ ہیں
نہ وہ اپنے خیالات پر غور ہی کر سکتے ہیں کیونکہ آتما کی چمکتی ہوئی چنگاری
ان کے اندر بالکل دبی ہوئی پڑی رہتی ہے مگر ظاہر ہونے کے لئے
کشمکش کرتی رہتی ہے

وحشی اور جنگلی آدمی حیوانات سے ذرہ ہی کچھ زیادہ ہیں۔ ان کو بھی
"میں ہوں" کا علم نہیں ہے وہ بھی حیوانی و نفسانی جذبات کے غلام
بنے رہتے ہیں۔ وہ اپنی جسم کو سب کچھ سمجھتے ہیں۔ اس میں شک
نہیں۔ وہ کہتے رہتے ہیں۔ آج ہمارا جسم بیمار ہے۔ آج من دکھی ہے
مگر اس سے یہ کبھی نہ سوچنا چاہیئے کہ وہ اپنی ذات کو جسم سے اور من
سے علیحدہ کر کے یا مختلف سمجھ کے گفتگو کر رہے ہیں۔ ان میں صرف
نچلے درجہ کے من میں "ابھرنا" ہونی شروع ہے۔ ان کی ذات اندریوں
اور اندریوں کے وشیوں سے۔ یعنی حواس نفس اور لذات نفسانی سے
بندھی ہوئی ہے۔ جتنا انسان سمجھ بوجھ میں زیادہ ترقی کرتا جاتا ہے
اتنا ہی وہ آہستہ آہستہ سمجھنے لگتا ہے کہ میں مالک ہوں اور
یہ اندریاں مجھ سے علیحدہ علیحدہ ہیں اور میری ملک ہیں

جب انسان کا درمیانی من ابھرنے لگتا ہے تب اس میں کچھ
زیادہ "میں ہوں" کی سمجھ آتی ہے۔ یہاں اس کا نشست کا طبقہ
بدل جاتا ہے۔ پہلے وہ سفلی طبقہ میں تھا۔ اب درمیانی طبقہ میں آگیا
اب وہ کچھ کچھ سوچنا شروع کرتا ہے کہ میری ذات اس جسم سے

بالکل مختلف ہے۔ حتیٰ کہ جب وہ کتاب کے مطالعہ یا کسی کام کے دھن میں مصروف ہوتا ہے تو اپنے جسم کو بالکل بھول جاتا ہے۔

من کی درمیانی حالت پر پہنچ کر انسان میں ایک پریشانی آجاتی ہے۔ نئے نئے مسائل اس کے حل کے لئے سامنے آتے ہیں۔ گویہ ایک حد تک ان کو حل کرلے مگر اس کو اطمینان نہیں ہوتا۔ گویا وہ ایک مدوّر دائرہ میں گھومتا رہتا ہے اور اصلیت کا اصلی پتہ نہیں ملتا۔ وہ کتابیں پڑھتا ہے۔ کتھائیں سنتا ہے۔ مگر تشفی نہیں ہوتی۔ وہ جتنا ہی پڑھتا ہے اتنی ہی اس کی پریشانی بڑھتی جاتی ہے۔ اور جس نکتہ کے تحقیقات کی طرف اس کی توجہ جاتی ہے وہ دوپہر کے بعد کے سایہ کی طرح آگے ہی بڑھتا جاتا ہے۔ جنہوں نے اس حالت میں گذر نہیں کیا وہ من کی پریشانی کو نہیں سمجھ سکتے پر ہا کہتے ہیں یہی اضطراب کی حالت ہے۔ سچائی کی تڑپ اسی کا نام ہے۔

اسی درجہ میں آکر انسان کی نگاہ بلند ضرور ہوتی ہے۔ وہ سمجھتا ہے میں نے نسبتاً زیادہ ترقی کرلی۔ مگر اس کا آتما زندگی کے دقیق اور لاینحل عقدوں کی گرہ کشائی نہیں کرسکتا۔ اور وہ دکھی ہوجاتا ہے دنیا کی برکتیں اس کے لئے لعنت بن جاتی ہیں۔ خوشی ناخوشی کا لباس پہن لیتی ہے زندگی تلخ اور کڑوی معلوم ہونے لگتی ہے۔

سننے والو! اسے رکھو جو من کے بہت نیچے طبقہ میں ہیں۔ ان کو اتنا دکھ نہیں ہوتا۔ بچے۔ وحشی اور جنگلی آدمی بہت دکھی نہیں ہوتے

سب سے بھلے ماہیں مونڈھ جنہیں نہ بیاپی جگت گت۔

اور اسی طرح جو من کے بہت اونچے طبقہ میں ہیں ان کو بھی دکھ نہیں

ہوتا۔ یہ روحانی طبقہ میں چلے جاتے ہیں۔ جو کچھ دکھ ہے درمیانی طبقہ میں ہے نیچے درجے کا انسان اپنے جسم کو سب کچھ سمجھتا ہے۔ اونچے درجہ کا انسان اپنی روح یا آتما میں نشست کرتا ہے وہ سکھی ہے کیونکہ اپنا اصلی روپ کچھ نہ کچھ سمجھ گیا ہے۔ مگر درمیانی حالت کے انسان کو زیادہ دکھ ہے۔ وہ بیچارہ "ادھر ادھر" میں لٹکا ہوا نہ اوپر ہے نہ نیچے۔ اور قدم قدم پر تکلیف محسوس کرتا ہے۔ وہ مثل اس ہاتھی کے ہے جو گھاس کے رسوں سے بندھا ہے اگر چاہے تو توڑ توڑ کر پھینک دے اور آزاد ہو جائے۔ مگر گھبراہٹ اور قید کے خیال نے اس میں اپنی طاقت کا علم نہیں ہونے دیا۔ اور جہالت و نادانی کی وجہ سے وہ پریشان ہے۔ درمیانی حالت کا رہنے والا انسان ایسا ہاتھی ہے۔ جس طرح ایک حقیر انکس کی مدد سے مہاوت اس پر حکومت کرتا ہے اسی طرح اس درمیانی آدمی کے حالات و واقعات اس کو غلام بنا کر پھنسا لیتے ہیں اور وہ پریشان ہو جاتا ہے

مگر اس حالت سے مایوس نہ ہونا چاہیئے یہ بالیدگی اور نشوونما کی ضروری شرط ہے جس میں یہ حالت ہو۔ سمجھ لینا چاہیئے۔ اس میں ترقی کا مادہ پیدا ہو رہا ہے آتما غلافوں کی تہوں میں نکلنے کا خواہشمند ہے اور اندر ہی اندر ہاتھ پاؤں مار رہا ہے۔ یہ کشمکش۔ یہ جدوجہد اور یہ ہاتھا پائی آئندہ زبردست ترقی کی علامت ہے۔ کیونکہ جب کبھی اس کو موقع ملے گا۔ اور کسی صاحبدل سے اس کو روحانی فیض پہنچنے لگے گا۔ اس کا طبقہ بدل جائے گا۔ شغل سے عمل سے صحبت سے غور سے فکر سے انسان میں تبدیلی آتی ہے۔ اور جب

یہ تبدیلی نمودار ہو گی وہ اپنی ذات کے علم سے واقف بن کر اپنے سروپ کا ساکشات کار کرے گا۔

جس وقت یہ حالت آئیگی انسان سکھی ہو جائے گا۔ کیونکہ اس نے کھنڈار کا حق حاصل کر لیا۔ اس کی صورت۔ شکل سمجھ۔ بوجھ عقل و تمیز کچھ کی کچھ بن جائے گی۔ اور اس کے جسم سے آتما کے آنند کی حالت بھبک بھبک کر نکلنے لگے گی۔ کبیر صاحب فرماتے ہیں۔

(۱) پیو پرچے۔ تب جانیئے پیو سوں ہل مل ہوئے
پیو کی لالی۔ مکھ پڑے پرگھٹ دیسے سوئے

(۲) لالی میرے لال کی جت دیکھوں تت لال
لالی دیکھن میں گئی میں بھی ہو گئی لال

یہاں پر پہنچ کر وہ اپنی اندری۔ من۔ بدھی سے نیارا ہو جائیگا اور پھر سنسار کے دکھ کا اس کے لئے خاتمہ ہو جائے گا۔

چوتھا سبق

آسن

پہلے سبق میں ہم نے یوگ کی قسمیں اور ان کے مقاصد بیان کیئے۔ دوسرے سبق میں یَم اور نیَم اور ان کے اصلی غرض کی وضاحت کر دی تیسرے سبق میں یہی ہوں۔ یعنی انسان میں انانیت کے پیدا

کرنے کی ضرورت محسوس کرائی۔ عام طور پر سب لوگ کہتے ہیں کہ اہنکار سے دور بھاگو۔ سفلی طبقہ میں یہ نصیحت کسی حد تک صحیح ہے۔ لیکن اگر اس نصیحت کی اصلی مراد پر عمل کیا جائے۔ تو پھر انسان کی ہستی تک کا پتہ نہ رہے۔ انانیت ہی ایک چیز ہے جو اس کو دنیا میں زندہ رہنے اور زندہ وجود کی فہرست میں داخل ہونے کا استحقاق عطا کرتی ہے اس کو انسان کی ذات سے علیحدہ کر لو۔ پھر کیا رہ جاتا ہے؟ اگر انانیت یعنی "میں ہوں" کا خیال یک قلم دور کر دیا جائے۔ تو پھر کس کا یوگ کس کا بھوگ۔ کس کا بیوگ اور کس کا سوگ۔

یوگی ایسی غلط تعلیم نہیں دیتے۔ اور نہ یوگ کے فلسفہ میں کسی قسم کی غلط تعلیم کی گنجایش ہے یوگ "نری دنت کتھا" نہیں ہے۔ نہ یہ لفظوں کا گورکھ دھندا ہے اس کی حیثیت اور فلسفوں سے بالکل جداگانہ ہے یوگی یہ نہیں کہتا کہ آؤ بحث کرو۔ اور بحث کے ذریعہ حقیقت کے انکشاف کی کوشش میں لگو۔ بلکہ وہ بالعموم یہ کہے گا آؤ اور کر دیکھو اگر عمل کرنے سے سچائی ملتی ہے تو آئندہ کے لیئے کوشش کا سلسلہ جاری رکھو ورنہ چھوڑ دو۔ کبیر صاحب فرماتے ہیں۔

(۱) یہ کرنی کا بھید ہے ناہیں بدھ بچار
کتھنی چھوڑ کرنی کرو تب پاؤ کچھ سار

(۲) کتھنی میٹھی کھانڈ سی کرنی بش کی لوئے
کتھنی سے کرنی کرے تو بش سے امرت ہوئے

(۳) کتھنی بدنی چھوڑ کر کرنی سے چت لائے

نر کو نیر پلائے بن — کب ہوں پیاس نہ جائے

(۴) کرنی بن کتھنی کتھتے — گورو پد لہے نہ سوئے۔

باتوں کے پکوان سے — دھاپا ناہیں کوئے۔ (سہجو بہنا)

(۵) کرنی کو سمجھے نہیں — کتھنی کتھے آپار

ان باتوں کیوں پائیے — صاحب کا دیدار

یوگ ایک قسم کا عملی اور روحانی سائنس ہے جو اپنے آپ کو ہمیشہ علم و عمل۔ نرکھ۔ پرکھ۔ امتحان آزمائش کے لئے حوالہ کر دیا کرتا ہے۔ اس کو امتحان کا ذرا بھی خوف نہیں ہے۔ نہ وہ محض اندھا دھند عقیدت پرستوں کا مضمون ہے۔ یوگ کی کوئی بات چھپانے کے لئے نہیں ہے۔ صرف اتنا لحاظ کیا جاتا ہے کہ جن کو اصلیت کی سمجھ بوجھ نہیں ہے ان سے خواہ مخواہ مغز پچی کرنے میں چنداں فائدہ نہیں۔ ورنہ جو عوام میں یہ خیال پیدا کر رہے ہیں کہ یوگ چھپانے کی چیز ہے۔ وہ غلطی پر ہیں۔ سائنس سچائی ہے۔ سچائی کو کس کا خوف! یوگ اگر اصلیت ہے۔ تو اس کو تم ہر پہلو سے دیکھو۔ اسی طرح اس کی تعلیم کا حال ہے یوگی سب سے پہلے اپنے شاگرد میں یم نیم کے ذریعہ لطیف انانیت کے پیدا کرنے کا خواہشمند رہتا ہے۔ کیونکہ اگر "میں ہوں" نہیں پھرا تو پھر قوت ارادی کہاں سے آوے گی۔ اگر قوت ارادی نہیں آئی۔ تو پھر عمل و شغل کون کرے گا۔ اور جب عمل و شغل نہیں کیا گیا تو پھر یوگی کوئی کیسے بن سکے گا۔ اور اگر یوگ کی تعلیم سے فائدہ نہ اٹھایا گیا تو پھر یوگ کا عدم و وجود برابر ہو گیا۔

اس لئے انانیت کے خیال کو کثافت سے دور کر کے اس کو لطافت

کی جلا دینا یوگ کا پہلا زینہ ہے۔ اور وہ یم و نیم ہے جس کی ہم نے دوسرے سبق میں صراحت کر دی ہے۔ جب ایشور کی اپاسنا سے اخلاق کی درستی اور نیک یوگیوں و حق پرست دھرماتماؤں کی صحبت سے انسان میں شدھ اہم بھاؤ پیدا ہو گیا تو ایک طرح پر اس میں جسم اور من پر قابو پانے کی قابلیت آ گئی۔ یہ قابلیت یوگی کے لئے نہایت ہی ضروری ہے کیونکہ جب تک یہ نہیں آتی۔ اس کے دل میں روح اور مادہ کے متعلق سچے خیالات پیدا نہیں ہوتے۔ اس خیال کا پیدا کرنا مقدم ہے۔ جب تک وہ یہ نہ سمجھ لے گا۔ کہ میں جسم سے نیارا ہوں۔ تب تک اس کے کرم۔ دھرم۔ یوگ۔ تپ کا نتیجہ خاطر خواہ نہیں ہوگا۔ اور نہ وہ اپنی ذات کا علم حاصل کر سکے گا۔ نہ اپنے سروپ کا درشن کر سکے گا۔

یہاں بطور جملہ معترضہ اس قدر کہہ دینے کی ضرورت ہے۔ کہ یوگ کا کوئی عمل خواہ اپنی نوعیت کے لحاظ سے وہ کچھ ہی کیوں نہ ہو۔ کبھی بے سود یا رائیگاں نہیں جاتا۔ جو شخص دل کو یکسو کرے گا۔ اس میں خود بخود سدھی شکتی آوے گی۔ وہ صاحب کرامات بنے گا لیکن اگر روح اور مادہ کی علیحدگی کا علم اس کو حاصل نہیں ہوا۔ تو وہ روحانیت یا روحانی ترقی کی اصلی غرض سے محروم رہیگا۔ روحانی ترقی کے ادھکاری یا مستحق صرف انسان ہیں۔ اس لئے انسان کو اس کرم یونی کو پا کر اصلیت تک پہنچنے کی کوشش کرنا چاہیئے۔ اگر آپ ہندوؤں کے قدیم نوشتہ جات پڑھو گے تو آپ کو معلوم ہوگا۔ کہ دیوتا اور راکشس دونوں میں یوگ کی سدھیاں موجود تھیں۔ مگر

راکشس اس سے آگے نہیں جا سکے۔ دیوتا ان پر سبقت لے گئے۔ دُنیا میں اب بھی دیوتا اور راکشس موجود ہیں۔ مادہ پرست جسم پرست دُنیا پرست۔ یہ سب راکشس ہیں۔ کیونکہ ان لوگوں نے اسی دنیا کو سب کچھ سمجھ لیا ہے۔ یہ پرلوک اور روح کی لافانیت کے قائل نہیں۔ یہ حکمران ہیں۔ زور و طاقت والے ہیں۔ قدرتی اسباب کو اپنا محکوم بنا کر اس سے کام لینا جانتے ہیں۔ سائنس اور فلسفہ اور طرح طرح کے علوم بھی ان کے ہاتھ میں ہیں مگر اس سے آگے ان کی نظر نہیں جاتی وجہ یہ ہے کہ وہ اسی جسم کو اپنا سروپ اور اپنی ذات سمجھتے ہیں۔ اور اسی وجہ سے عیش و دنیا کو زندگی کا مقصد مانتے ہیں۔ جن کی نظر بلند ہے اور جو ذرا بھی روح کی لافانیت کا علم رکھتے ہیں وہ دیوتا ہیں اور انجام کار ان کو اپنے اصلی مقصد کی تکمیل میں کامیابی ہوگی اور ہو رہی ہے۔

اُپ نشد میں کتھا آتی ہے ایک دیوتا اور ایک راکشس پرجاپتی کے پاس ودیا سیکھنے گئے۔ بہت دنوں تک اس کے پاس رہ کر پڑھتے رہے اور پرجاپتی نے آخر میں ان سے کہا جس چیز کی تم کو تلاش ہے تم خود ہی ہو۔ دونوں نے سمجھا کہ ہمارا جسم ہی آتما ہے اور دل میں بڑے خوش ہوئے اور مست ہو کر کہنے لگے۔ ہم گیان ہو گیا ہم نے سب کچھ سیکھ لیا۔ اور گورو سے رخصت ہو کر اپنے اپنے گھر گئے۔

راکشس تو اپنے ساتھیوں کے پاس جا کر تعلیم دینے لگا۔ کہ یہی جسم تمہارا آتما ہے اس کے علاوہ اور کوئی بھی آتما نہیں ہے۔ اس کو خوش رکھو۔ مضبوط کر رکھو سب کچھ یہی ہے اور راکشسوں میں

اسی علم کا رواج ہو گیا۔ مگر دیوتا صاحب تمیز تھا۔ جب وہ تھوڑی دور گیا دل میں سوچنے لگا۔ یہ جسم تو مر جاتا ہے۔ پھر یہ کیسے آتما ہوا۔ کیونکہ آتما امر ہے۔ مجبور ہو کر پھر وہ رشی کے پاس پہنچا اور پوچھنے لگا "بھگوان! شریر تو مر جاتا ہے پھر وہ آتما کیسے ہو گا؟ اس نے کہا" اپنے اندر تلاش کر۔ تو ہی تو آتما ہے"۔ اس نے سوچا پران آتما ہو گا؟ کیونکہ جسم اس کے سہارے رہتا ہے اور خوش ہو کر گھر کی طرف چلا۔ مگر راہ میں سوچنے لگا۔ اگر غذا نہ دیجائے تو پران کمزور ہو جاتے ہیں۔ آتما میں کمزوری کہاں ہے۔ وہ پھر رشی کے پاس گیا" مہاراج! پران آتما نہیں ہو سکتے"۔ اس نے کہا تو خود آتما ہے اپنے اندر تلاش کر"۔ اور آخر میں من۔ بدھی اہنکار تمام باتوں پر سوچنے، وچارتے ہوئے اور سب کو فانی اور تبدیلی پذیر مانتے ہوئے اس کو اپنے سروپ کا گیان ہو گیا۔ اس نے جان لیا کہ آتما جسم۔ پران۔ من اور بدھی سے اونچا ہے اور ان سب سے نیارا ہے اور تب جا کر اس کو اطمینان ہوا۔ سادھو کے بڑھنے والو! راکشس اور دیوتا میں یہ فرق ہے۔ ایک اپنے جسم کو سب کچھ سمجھ کر اسی کی بندگی اور عبادت میں لگا رہتا ہے دوسرا جسم سے ضروری کام لے کر اصلیت کے معراج تک پہنچنے کا خواہشمند ہے

یوگی اپنے شاگردوں کے دل میں سب سے پہلے یہ خیال پیدا کر دیتے ہیں کہ روح اور مادہ میں زمین و آسمان کا فرق ہے۔ ایک دوسرے سے علیحدہ ہے اور جیسا ہم نے پہلے عرض کیا ہے یہ خیال "یقین اور یہ وشواس۔ ایشور اپاسنا۔ وید شاستروں کے مطالعہ مہاتماؤں کے ست سنگ وغیرہ سے پیدا ہوتا ہے جس کے لئے تجلی اصطلاح ہم اور نیم استعمال ہوتی ہے

جس وقت شاگرد میں یہ بات پیدا ہو گئی - اور اس میں یم و نیم کی مدد سے قوت ارادی کا ظہور ہوا - تب اس کو آسن سیکھنا پڑتا ہے قوّت ارادی سے مُراد ضد یا ہٹ نہیں ہے - گو یہ عمل ہٹ یوگ کی ایک شاخ ضرور ہے - ہٹ یوگ کو بھی دراصل کسی طرح کی ضد سے سروکار نہیں ہے - وہ قدرتی اصول ہے - جس کی سمجھ بوجھ کرنے سے حفظ صحت کا فائدہ حاصل ہوتا ہے - طالب علم کو اچھی طرح سوچ و سمجھ کر تب کام میں لگنا چاہیئے - محض ضد کرنے سے کام نہیں چلتا - یہ قوت ارادی نہیں بلکہ خود دماغی ہے - مثلاً "ایک شخص نے کہا میں تمام دن دھوپ میں بیٹھا رہونگا اور وہ اکڑ کر بیٹھا رہا - اس قسم کی عادت مکروہ ہے یہاں ہر بات کی اصلیت و مقصد کو سمجھ کر کام کرنا چاہیئے -

آسن ایک طرح کا عمل ہے جس خاص طریقہ پر زیادہ دیر تک ایک شخص بیٹھا ہوا کسی ایک مضمون پر بلا کسی تکلیف کے سوچ سکے وہ آسن موزون اور مناسب ہے بعض بعض آدمی جو سماہت چیت والے ہوتے ہیں وہ کسی وضع پر بیٹھ کر اپنے خیال میں محو ہو جاتے ہیں لیکن یہ حالت سب کی نہیں ہوتی - اس لئے کہا گیا ہے جب تک علوی طبقات تک رسائی پیدا کرنے کی قابلیت نہ آ جائے - تب تک چند قسم کے جسمانی اور دماغی مشاقیوں کی ضرورت رہے گی -

آسن کی قسمیں بہت ہیں اور ان میں سے ایک ایک آسن کے مختلف اوصاف ہیں - بادی النظر میں کوئی معمولی شخص ہمارے مافی الضمیر کو نہ سمجھ سکے گا - مگر اصلیت یہ ہے کہ جو شخص کسی خاص کام کو کرنا چاہے وہ خاص خیال کے سوچنے کے لئے کسی خاص قسم کے آسن

پسند کرے ۔ مثلاً اگر کوئی شخص یہ چاہتا ہے کہ اس میں دلیرانہ خیالات پیدا ہوں ۔ تو ویر آسن پر بیٹھ کر اس طرح کے خیال پر دل کو یکسو کرے اس میں ویروں کی حالت پیدا ہوگی ۔ یوگی کے لئے سب سے بہتر پدم آسن ہے اس آسن پر بیٹھنے کی ترکیب یہ ہے کہ آلتی پالتی مار کر اس طرح پر بیٹھے کہ اس کا دایاں پاؤں بائیں ران پر آجائے اور بایاں پاؤں داہنے ران پر رہے ۔ وہ سیدھا ہو کر بیٹھے ۔ یعنی اس کا سر اور سینہ خط مستقیم میں ہو ۔ پیٹھ کی ریڑھ سیدھی رہے ۔ سینہ جھکا نہ رہے کیونکہ اگر سینہ جھکا رہے گا ۔ تو پھر کبھی ممکن نہیں ہے کہ تم اعلےٰ درجہ کے خیالات سوچ سکو گے خواہ روحانی مدارج میں ترقی کر سکو گے ۔

ابتدا میں اس آسن پر بیٹھنا ذرا مشکل ہوگا ۔ مگر دو ہی چار دن کے بعد آسانی معلوم ہونے لگے گی ۔

ہٹ یوگ کے بہت سے آسنوں پر بحث کرنا فضول ہے ۔ کیونکہ اس کے تمام آسن یوگی کے لئے مفید بھی نہیں ہیں ۔ سدھ آسن اور پدم آسن ہی ہماری سمجھ میں زیادہ موزون اور مناسب معلوم ہوتے ہیں ۔

کبیر صاحب نے ایک جگہ فرمایا ہے :-

سوئے بیٹھے ۔ کھڑے اتانے ۔
کہیں کبیر ہم وہی ٹھکانے

یعنی چاہے کوئی حالت ہو کھڑے ہوں ۔ بیٹھے ہوں ۔ سوئے ہوں ۔ چت لیٹے ہوں ۔ ہم ہمیشہ اپنی حالت میں رہتے ہیں ۔

اس قول کی مضبوطی پر اکثر یوگ سیکھنے والے کہتے ہیں کسی قسم کے آسن کی ضرورت نہیں۔ مگر یہ واضح رہے یہ قول صرف صاحب دل اور صاحب کمال یوگی کے لئے صادق آتا ہے۔ مبتدی ایسا نہیں کر سکتے۔ بعض یوگ کھاٹ پر لیٹ کر عمل کرنے کے خواہشمند ہوتے ہیں مگر یہ سب غلطی پر ہیں۔ کیونکہ لیٹنے کے ساتھ ہی جہاں دل کے حرکات سمٹنے لگے۔ نیند کا غلبہ ہوگا۔ مجہولیت کی حالت طاری ہوگی اور یوگی کا نقصان ہوگا۔ نیند سے زیادہ یوگ کا دشمن اور کوئی نہیں ہے۔ اس لئے ابھیاس کے وقت اس سے بچنا چاہئے۔ اور یہ کبھی نہ خیال کرنا چاہئے کہ ہم ہر وضع اور ہر حالت میں یوگ کامل کر سکتے ہیں۔ جس وقت انسان صاحب کمال ہو جائے۔ تب وہ قانون کے اوپر آجاتا ہے۔ اس کے لئے پھر کسی قانون کی پابندی لازمی نہیں ہے۔ لیکن جو ابھی ابتدائی مرحلے میں ہیں۔ ان کے لئے لازمی ہے کہ تمام مدارج کی پابندی کریں۔

جس وقت آسن سِدّھ ہو گیا۔ اس وقت یوگی میں نادانستہ جسم پر قابو پانے کی دوسری طاقت آگئی اور جب تک وہ چاہے جسم کو اس حالت پر اپنے حکم کا تابع رکھ سکتا ہے۔

ہم نے پہلے لکھ دیا ہے۔ کہ آسن دراصل ہٹ یوگ کا مضمون ہے۔ اور ہٹ یوگ کا مقصد صرف اتنا ہی ہے کہ انسان کی عمر دراز ہو۔ جسمی قوائے مضبوط رہیں۔ تندرستی اچھی رہے۔ بیماری کے خطرات سے اس کو نجات حاصل ہو۔ ڈیڑھ دو سو برس کا ہو کر بھی نوجوان نبا رہے۔ یہ بہت اچھی بات ہے لیکن انسانی زندگی

کا مقصد صرف یہاں تک ہی محدود نہیں ہے۔ اگر کوئی بہت دن تک زندہ رہا تو کیا۔ ویدوں میں حکم ہے انسان کو سو برس تک زندگی کی خواہش رکھنی چاہیئے اس عرصہ میں وہ بہت کچھ روحانی ترقی حاصل کر سکتا ہے۔ لیکن اگر کوئی شخص ہٹ یوگی بن کر زیادہ دن تک جیتا رہا۔ تو اس کو زندگی کا فائدہ کیا ہوا؟ برگد کا درخت جس کے نیچے بُدھ بھگوان کو گیان پیدا ہوا تھا۔ اب تک موجود ہے۔ مگر کیا برگد سے زیادہ اس کی حیثیت و وقعت مانی جاتی ہے؟ کئی قسم کے جانور زیادہ عرصہ تک جیتے رہتے ہیں مگر آخر وہ جانور ہی رہتے ہیں اس لئے ہم کو صرف مقصد زندگانی کو پیش نظر رکھنا چاہیئے اگر کوئی شخص ہٹ یوگ کا عمل اس نیت سے کرتا ہے کہ اس کا جسم تندرست ہو اور وہ آگے کے لئے بہتر کام کے قابل بنے تو بیشک اچھی بات ہے جسم کا صحت کی حالت میں رہنا مقدم ہے اگر جسم مضبوط نہیں تو کرم دھرم سب کی ہوس فضول ہوگی۔ ہم کو کبھی بھولنا نہیں چاہیئے کہ ہم اس وقت مادہ کے طبقہ میں رہتے ہیں اور کسی حد تک مادہ کے محتاج اور اس کے زیر اثر ہیں جب تک یہ حالت ہو اس وقت تک مادہ کی تحقیر کرنا اور خواہ مخواہ جسم کو دُبلا پتلا و بیمار بنا کر ضائع کر دینا سخت حماقت ہے ایسے شخصوں سے کچھ نہ بنے گا۔ دونوں دین سے گئے پانڈے۔ حلوا ملا نہ مانڈے۔ نہ خدا ہی ملا نہ وصال صنم۔ نہ ادھر کے رہے نہ اُدھر کے رہے۔ آپ دیکھتے ہیں ایک شخص شراب پیتا ہے بدمست ہو جاتا ہے۔ شراب مادہ ہے۔ اس کی بدمستی کا ثبوت ہے کہ اب تک وہ مادہ کی دنیا میں رہتا ہے۔ ایسے شخص کے لئے مادہ

کی مدد سے انکار کرنا اور اس کی ناحق تذلیل اور تحقیر کرنا بالکل خرمستی اور بیجا حرکت ہے ہاں اگر تمہارے روح کا طبقہ بہت اونچا ہو گیا اور مادہ کی چیزیں اثر انداز نہیں ہوتیں تو دوسری بات ہے مگر جب تک یہ حالت ہو جسم کی طرف سے بے پروائی نہ ہونے پاوے. یہاں تک ہٹ یوگ کی تعلیم مفید ہے اس کی پابندی سے کئی طرح کے مفاد حاصل ہوتے ہیں ہم جو راج یوگ سے تعلق رکھتے ہیں۔ ہٹ یوگ کے آسن کے حصہ کو بغور سمجھ کر کام میں لانا چاہیئے۔ اور ان میں سدھ و کنول آسن سب سے مفید ہیں ؛

پانچواں سبق۔

پران اور پرانایام

پران کیا ہے اور پرانایام سے کیا مراد ہے اس سبق میں ہم اس مضمون پر وسعت کے ساتھ بحث کریں گے۔ تاکہ پڑھنے والوں کو اصلیت کا پتہ لگ سکے۔

سنسکرت کوش (لغت) میں پران کے متعدد اور مختلف ہیں اور وہ حسب ذیل ہیں۔

(۱) بھرا ہوا۔

(۲) ہوا۔ تنفس۔ سانس
(۳) زندگی۔ زندگی طاقت
(۴) زندگی کا حواس اندریہ
(۵) طاقت۔ زور
(۶) شاعرانہ عقل یا الہام
(۷) برہما کا ایک نام
(۸) برہما کا خطاب علیٰ روح
(۹) الفاظ کے تلفظ میں ایک خاص قسم کا لب ولہجہ
(۱۰) پانچ پران یعنی پران۔ اپان۔ اودان۔ دیان وغیرہ
(۱۱) حرکت تنفس۔

اور یم کے معنی ہیں قابو میں رکھنا۔ دسترس پانا۔ تپ کرنا مجموعی طور پر پرانا یام سے مراد ہے۔ پران یا پرانوں کو روک رکھنا ان کو ضبط میں لانا۔

یہ تو لغوی معنی ہوئے لیکن پران کی اصلیت سمجھنے کے لئے ہم کو سب سے زیادہ اُپ نشدوں سے مدد لینے کی ضرورت ہے کیونکہ جب تک ہم ان کے صفحات کو کھول کر نہ دیکھیں۔ نہ اچھی طرح ہماری تشفی ہوتی ہے نہ ہم اس اصلی مراد تک پہونچنے میں کامیاب ہوتے ہیں۔ جو اُپ نشد اپنے زور دار لفظوں میں ہمارے ذہن نشین کرانے کا اہتمام کرتی ہے۔ چھاندوگیہ اُپ نشد کے کے باب چہارم کے دوسرے فصل میں ایک گاتھا آتی ہے جس کا ترجمہ حسب ذیل ہوگا۔

(۱) فی الحقیقت دیوتا اور اسروں (راکشسوں) میں جو پرجاپتی کی اولاد تھے لڑائی ہوئی۔ اس لئے دیوتاؤں نے اُوگیت کو اکٹھا کیا اور سمجھا کہ اس کی مدد سے ہم ان پر غالب آویں گے۔

(۲) انہوں نے بہ حیثیت اُوگیت سانس کی پرستش کی۔ اُسروں نے اُس کو پاپ سے چھوڑ دیا۔ اور اس لئے پاپ کی آلائش کی وجہ سے وہ بدبو و خوشبو دونو کو محسوس کرتی ہے۔

(۳) تب انہوں نے آنکھ (قوت باصرہ) کی بہ حیثیت اوگیت پرستش کی اُسروں نے اس کو پاپ سے چھوڑ دیا۔ اس لئے پاپ سے چھو جانے کی وجہ سے بری اور اچھی دونو چیز دیکھتی ہے۔

(۴) تب انہوں نے کان (قوت سامعہ) کی بہ حیثیت اوگیت پرستش کی۔ اُسروں نے اس کو پاپ سے چھو دیا۔ اس لئے پاپ سے چھو جانے کی وجہ سے برا بھلا دونو سنتا ہے۔

(۵) تب انہوں نے من کی بہ حیثیت اوگیت پرستش کی۔ اُسروں نے اس کو پاپ سے چھو دیا۔ اس لئے پاپ سے چھو جانے کی وجہ سے برا بھلا دونو سوچتا ہے

(۶) تب اُنہوں نے پران کی بہ حیثیت اوگیت پرستش کی۔ اُسر اس کے پاس پہنچے اور اس طرح برباد ہو گئے۔ جیسے مٹی کا گولا مضبوط چٹان سے ٹکرا کر برباد ہو جاتا ہے۔

(۷) اسی طرح واقعی جیسے مٹی کا گولا مضبوط چٹان سے ٹکرا کر برباد ہو جاتا ہے ویسے ہی جو پران کو پاپ سے چھونا چاہتا ہے۔ جو اس کو نقصان پہنچانا چاہتا ہے اور اس طرح جانتا ہے (اس کی بھی

یہی حالت ہوتی ہے) کیونکہ وہ مضبوط چٹان ہے
(۸) اس (پران) سے آدمی بُرا بھلا نہیں سونگھتا۔ کیونکہ (پران) بیداغ ہے۔ جو چیز اس سے کھائی اور پی جاتی ہے۔ اس سے تمام اندریوں کو تقویت پہنچتی ہے۔ آخری وقت سہارے سے محروم ہو کر وہ علیحدہ ہو جاتی ہیں۔ اور آدمی مرتے وقت (مایوسی سے) دیکھنے لگ جاتا ہے۔
(۹) انگرا رشی نے اوگیت کی پرستش کی۔ اس لئے واقعی طور پر وہ انگرس یا اندریوں کا جوہر کہلاتا ہے۔
(۱۰) دیکھو برہسپتی نے اس اوگیت کی پرستش کی۔ اس لئے وہ برہسپتی کہلاتا ہے۔ بانی (برہسپتی) ہے اور کا پتی مالک ہے
(۱۱) وہ جو اس طرح سمجھ کر اس لایزال کی پرستش کرتا ہے۔ وہ ہر قسم کی تمناؤں کو حاصل کر لیتا ہے روحانی پرستش ہے۔
اوپر کا کلام بہت دقیق ہے سوچنے والے کے لئے اس میں خیالات کا زبردست خزانہ چھپا ہوا ہے پران کی نسبت یہ اُپنشدوں کی تعلیم ہے۔
اس پر غور کرنے سے بآسانی پتہ لگ سکے گا۔ کہ پران دراصل ایک قسم کی خاص طاقت ہے جو اس کل کائنات میں اثر پیدا کرتا ہے۔
یوگیوں نے کہا ہے یہ سنسار دو چیزوں سے بنا ہے۔ ایک اکاش دوسرا پران۔ ابتدا میں ایک ہی چیز تھی۔ اس نے اپنے آپ کو دو میں تقسیم کر دیا۔ ان میں سے ایک آکاش ہے اور دوسرا پران ہے

دونوں ہر جگہ محیط ہیں۔ جو چیز تم کو نظر آتی ہے وہ سب آکاش ہے۔ آکاش مادہ کی لطیف صورت ہے۔ سورج۔ چاند۔ ستارے۔ ہم تم۔ زمین و آسمان یہ سب آکاش کے پتلے ہیں اور اسی سے بنے ہوئے ہیں۔ آکاش ہی ہوا پانی مٹی۔ آگ ہے۔ جو چیز ہم کھاتے پیتے سونگھتے چکھتے اور چھوتے ہیں سب آکاش ہے یہی آکاش جانوروں کا قالب بنتا ہے یہی پھل پھول سورج ستارے بنتا ہے۔ پانی بھاپ اور ٹھوس چیزیں سب اسی کی اور اسی سے بنی ہوئی ہیں۔ آکاش اس قدر لطیف ہے کہ نگاہ میں نہیں آتا۔ جب وہ کثیف یعنی ستھول بنتا ہے تب نظر آنے لگتا ہے۔

پہلے آکاش ہی تھا۔ اس قدر لطیف کہ اس کی سمجھ ذرا مشکل ہے پران کی دھاروں نے اس کو ٹکر دینا شروع کیا۔ اس کے عمل سے اور ان دونوں کے ملنے سے جو دوسری حالت پیدا ہوئی وہ وایو کہلاتی جب وایو پر پران کا کام ہوا اس نے تیسری شکل اختیار کی۔ اس کا نام اگنی ہے۔ جو روپ والی ہے۔ اگنی کی پران کے دھاروں کے عمل سے جو خاص صورت پیدا ہوئی اس کا نام جل ہوا۔ اور یہی جل اپنی باری پران کے دھاروں کی رگڑ سے پرتھوی کی صورت میں تبدیل ہو گیا۔ اسی طرح پران اور آکاش کے ملنے سے نیچے کے چار تتو پیدا ہوئے۔ یہاں تک ہی اس کے کام کاج کا دائرہ محدود نہیں پران لا محدود اور اس لئے اس کا کام بھی لا محدود ہے۔ ساری صورتیں کرہ۔ سیارے۔ درخت۔ پہاڑ وغیرہ جو تم کو نظر آ رہے ہیں۔ یہ سب پران کی طاقت کے ظہور ہیں۔ ہمارے جسم کے تمام حرکات۔ ہاتھ

چلانا۔ سانس لینا۔ کھانا پینا سب پران کے محتاج ہیں۔ خیال کرنا اور سوچنا یہ بھی پران کی وجہ سے ہے۔ دنیا میں جو کاروبار کی شکلیں نظر آرہی ہیں یہ سب پران کی وجہ سے ہیں۔ جو طاقتیں تم کو دنیا میں نظر آرہی ہیں۔ چاہے ان کو بجلی کہو۔ چاہے قوت کشش کہو۔ سب پران ہیں۔ پران ہمیشہ سے تھا ہمیشہ رہے گا۔ جب سرشٹی نہیں تھی۔ اس کے کام کا سلسلہ جسمانی طبقہ میں موقوف تھا۔ مگر وہ موجود ضرور تھا۔ پران کو تبدیلی نہیں ہوتی۔ بلکہ اس کی وجہ سے آکاش دوسرے چار تتوں کے ذروں میں تبدیلی آتی رہتی ہے جہاں آکاش کی دھاریں مادہ کے ذرات پر اپنا کام کرنے لگیں تبدیلی واقع ہونے لگتی ہے۔ اور یہ دنیا اور اس کے مخلوق بن جاتے ہیں۔

یہی پران تمہارا خیال ہے۔ اسی سے سنکلپ وکلپ اٹھتے ہیں۔ اسی کی وجہ سے بدھی نشچے آتمک یعنی یقین کے قائم کرنے والی ہوتی ہے۔ اندریاں اسی کے اختیار میں ہیں۔ اگر پران نہ ہو تو کسی سے کچھ کام نہیں ہو سکتا۔ صرف اتنا ہی نہیں بلکہ بغیر پران کے کوئی زندہ نہیں رہ سکتا۔

اگر باہر کی دنیا میں پران کے کارخانہ کا علم تفصیل اور وضاحت کے ساتھ حاصل کرنا چاہتے تو یہ بالکل غیر ممکن ہے نہ کبھی ایسا ہوا نہ ہونے کا ہے۔ جس قدر تم اپنی نگاہ کو وسیع بناتے جاؤ گے۔ اتنا ہی دنیا کے مناظر کا سامان بڑھتا جائے گا۔ اور تم کسی حالت میں نہ کہہ سکو گے۔ کہ ہم کو ان پر عبور حاصل ہو سکتا ہے۔ لیکن یوگیوں

نے کہا ہے "پنڈے سو برہمانڈے" جو کچھ برہمانڈ میں ہے - وہی
تمہارے پنڈ میں ہے۔ اس میں اور اس میں کوئی فرق نہیں ہے۔
اپنے جسم کے اندر جاننے کی کوشش کرو اور تم کو عام قسم کا علم حاصل
ہوتا جائے گا۔ اگر کوئی شخص برہمانڈ کی طاقت پر حاوی ہونے کی خواہش کرے۔ تو امر
محال ہے۔ لیکن اپنے جسم کی طاقت پر حاوی ہو سکتا ہے کہا گیا ہے جس نے اپنے آپ کو
جیت لیا اس نے کل جگت کو جیت لیا۔ یوگی اسی وجہ سے اس پران پر قابو پانے کی تعلیم دیتے
ہیں۔ جس وقت پران قابو میں آجاتے ہیں۔ پھر انسان مکمل ہو
جاتا ہے۔ اور دنیا کی کوئی طاقت ایسی نہیں رہتی جس پر اس کو
دسترس حاصل نہ ہو سکے۔ پران پر قابو پایا ہوا آدمی بآسانی تمام
شیر۔ ہاتھی اور آدمی پر حاوی ہو سکتا ہے۔ مسمریزم ہپناٹزم
ٹیلیپیتھی۔ سپرچولزم وغیرہ عمل اس کے نزدیک بچوں کے کھیل
سے زیادہ وقعت نہیں رکھتے۔ وشوامتر وغیرہ رشیوں کی غیر
معمولی طاقتوں کا کچھ بیان کتابوں میں آیا ہے۔ وہ صرف پران
پر حاوی ہو جانے کی وجہ سے تھا۔ اور آپ ذرا خیال تو کرو۔ جب
دنیا کی اصلی طاقت ہاتھ میں آگئی تو پھر اور کیا چیز باقی رہی جس
کی ہوس کی جائے۔ پران ہر جگہ اور ہر جسم میں محیط ہے۔ اس کو پکڑ
لیا۔ سب کچھ ہاتھ میں آگیا۔ اسی پران کے بس کرنے کا عمل پرانایام
کہلاتا ہے۔

یہ پران ہمارے جسم میں کیا کام کرتا ہے؟ اس سوال کا جواب
پہلے چند مختصر لفظوں میں آگیا ہے۔ گر ہم پھر یہاں دوسری طرح
پر اس کا جواب دیں گے۔ ہمارے جسم میں من کے تین طبقات

ہیں۔سفلی۔ درمیانی اور علوی۔ پران ان تینوں میں محیط ہے۔سفلی طبقہ بمقابلہ درمیانی طبقہ کے زیادہ وسیع ہے۔تم دیکھو تو سہی۔جب جب تم کھانا کھانے لگتے ہو۔ دانت اس کے چبائے جاتے اور زبان سے ذائقہ لینے تک کا علم تم کو رہتا ہے۔مگر جہاں وہ گلے سے نیچے اُترا۔پھر تم نہیں جانتے۔مگر یہ تم کو معلوم ہے کہ من کا سفلی طبقہ کھانے کو معدہ میں لا کر تحلیل کرتا ہے خون بناتا ہے اور رگ رگ کو غذا دیتا رہتا ہے۔اس کی حالت بجنسہ ویسی ہے جیسے کسی باغ کا مالی کسی حوض سے نہریں کاٹ کر ان کی مدد سے کیاریوں کو سینچتا ہے۔کام دراصل تم ہی کر رہے ہو۔لیکن تم کو اس کا صریحی علم نہیں ہے۔تمہارے علم و احساس کا طبقہ جو من کی درمیانی حالت ہے محدود ہے۔مگر یہ سفلی درجہ نسبتاً بہت وسیع ہے ان دونوں میں پران ہی کام کرتے ہیں۔ان سے کہیں زیادہ وسیع من کا علوی طبقہ ہے۔یہاں اکثر سماہت والوں کو رسائی کا موقع ملتا ہے۔سماہت چت اس کو کہتے ہیں جس میں قدرتی طور پر سمادھی کی حالت میں کم و بیش واصل ہونے کی طاقت ہے یہ حالت اکثر لڑکوں عورتوں اور خاص خاص مردوں میں دیکھی گئی ہے۔یوگی پرانا یام کر کے اس کو حاصل کرتے ہیں۔ان میں فطرتاً یہ وصف موجود رہتا ہے جس وقت من اس علوی طبقہ میں پہنچتا ہے۔وہ طرح طرح کے رُوحانی نظارے دیکھتا ہے اس پر وجد کی حالت طاری ہو جاتی ہے۔اور اس کو وہاں اس قسم کا علم حاصل ہوتا ہے۔جو دُنیا میں غیر ممکن تھا بعض سماہت چت والوں پر اس حالت میں واصل ہوتے

ہی یا تو بیہوشی کی حالت طاری ہو جاتی ہے یا وہ مجذوبوں کی طرح بڑبڑانے لگ جاتے ہیں۔ نادان لوگ اپنی کج فہمی و لاعلمی سے کہتے ہیں۔ اس کو بھوت چڑھا ہے۔ آسیب کا سایہ ہے۔ یا کسی جن نے دھر دبایا ہے اس غلط فہمی کی وجہ سے طرح طرح کے فلیتے چلائے جاتے ہیں۔ انسان کا دماغ برباد کر دیا جاتا ہے۔ اور چند روز بعد وہ قدرتی عطیہ جو اس کو حاصل تھا۔ چھین جاتا ہے۔ جو صاحب ان صفحات کو پڑھیں ان کو چاہئیے۔ کہ اچھی طرح ذہن نشین کر لیں۔ اور جہاں بھوت چڑیل کا جھگڑا نظر آئے وہاں عقل سے کام لیں۔ دھیا پربھو چیتن سوامی میں یہ وصف موجود تھا۔ کہ محمد صاحب بھی استغراق کی حالت میں چلے جاتے تھے جس کو نادان مرگی کہا کرتے تھے۔ اور اسی وقت ان پر کشف کی حالت طاری ہو جاتی تھی۔ اور اونچے طبقے کے الہام ہوا کرتے تھے۔ ایسے آدمی اب بھی دنیا میں بہت ہیں۔ مگر افسوس باطل پرستی اور اصلیت کی بے خبری نے ان کو کچھ کا کچھ بنا رکھا ہے۔ دنیا میں حالات۔ خیالات اور ارد گرد کے حالات کا بہت بڑا اثر ہوتا ہے۔ جس پر ایسی حالت نازل ہوتی ہے وہ اول تو خود نادانی یا باطل پرستی کی آب و ہوا میں پرورش پانے کی وجہ سے بھوت پریت کے عقیدہ کا پابند رہتا ہے دوسرے ہمسایہ اور عزیز اپنے غلط خیال سے اس کو تقویت دیتے ہیں اور جب کبھی وہ پیشینگوئی یا اور طرح کی باتیں کرنے لگتا ہے۔ لوگ سمجھتے ہیں بھوت چڑھا ہوا ہے یہ سخت نادانی اور غلطی ہے۔ حقیقت یہ ہے چونکہ وہ سماہت چت

والا تھا۔ وہ نادانستہ اس حالت کو پہنچ گیا جس میں اس کو روحانی منظارے نظر آنے لگے اور وہ بیخود ہو گیا۔ جہاں کہیں ایسے موقع نظر آئیں دانائی سے کام لینے کی ضرورت ہے۔

یوگی پرانایام کرکے پران کی مدد سے اس علوی طبقہ میں جس کا اختصار کے ساتھ ذکر کیا گیا ہے۔ پہنچتے ہیں۔ جس کو سمادھی کی اس حالت میں داخل ہونا نصیب ہو جاتا ہے۔ اس میں خاص خاص قسم کی طاقتیں آجاتی ہیں جو اور طرح پر غیر ممکن ہوتی ہیں پران کی کچھ تھوڑی سی وضاحت اور بھی کر دینی ضروری ہے تم دیکھتے ہو ڈاک خانہ کا بابو تار کو کھٹکھٹاتا ہوا دور دور خبریں بھیج دیتا ہے یہ بجلی کی طاقت سے کہا جاتا ہے مگر بجلی کی طاقت کیا ہے؟ وہ خود ایک طرح پر پران کی طاقت ہے۔ تمہارے جسم میں پران ایک ہے۔ مگر موقع اور کام کی وجہ سے اس کو مختلف نام دیئے گئے ہیں۔ کوئی اپان ہے۔ کوئی دیان ہے۔ کوئی سمان ہے۔ کوئی اودان ہے کوئی پران ہے۔ یہ سب ایک ہیں سب ایک ہی اصول کے ماتحت ہیں۔ مگر سب کے کام جدا جدا ہیں۔ بجنسہٖ باہر کی دنیا میں یہی حال بجلی کی طاقت کا ہے۔ وہ بھی پران ہے۔ ریل چلتی ہے۔ انجینیر نے آگ اور پانی کی مدد سے بھاپ پیدا کر دیئے۔ بھاپ انجن کو ڈھکیلتا ہے۔ تب وہ حرکت میں آتا ہے۔ اس بھاپ کے اندر جو طاقت چھپی ہوئی ہے۔ وہ بھی پران ہے۔ وعلےٰ ہٰذا القیاس۔

ہم نے پہلے عرض کر دیا ہے۔ پران ہی خیال بنتے ہیں۔ خیال بطور خود دنیا میں بہت ہی بڑی طاقت ہے۔ خیال ہی سے

تبدیلیاں۔ اصلاحیں۔ خرابیاں اور انقلابات پیدا ہوتے ہیں۔ خیال ہی سے بیماری کا علاج ہوتا ہے اگر یوگ اچھی طرح سمجھ لیں اور خیال سے کام لینے کا ڈھنگ اختیار کر لیں تو وہ بلا مدد بجلی یا تار کے اپنے دوستوں کو پیغام دے سکینگے۔ صرف خیال کرنے کی دیر ہے مگر اس کے ساتھ ہی ان کو اس زبردست طاقت کا علم بھی حاصل کر لینا چاہیئے۔ جو خیال کو دھکا دے کر دور لے جا سکے گا۔ یہ پران ہے اور اس لیئے پران کا علم پران پر قابو کا راز۔ اور پھر پران کے حاصل کرنے کا عمل ایک ایسا مضمون ہے۔ جس پر یوگی سب سے زیادہ اہمیت دیتے ہیں۔

پران ہی سے جسمانی۔ دماغی۔ اور روحانی امراض کا علاج بھی ہو سکتا ہے۔ ساری خرابیاں صرف اس وجہ سے واقع ہوتی ہیں کہ پران باقاعدہ کام نہیں کرتے۔ یہ نتیجہ لوگوں کی غیر فطرتی زندگی کے کاروبار کی وجہ سے پیدا ہوتا ہے۔ کھانے پینے کی بد اعتدالی سے جسم کے حصّوں میں فاسد مادہ داخل ہوتا ہے اور کاروبار رک جاتا ہے۔ اگر کسی طرح یہ معلوم ہو جائے۔ کہ کہاں پران کم۔ اور کہاں زیادہ ہیں۔ اور ساتھ ہی ان کے قابو میں رکھنے کی طاقت بھی حاصل ہو تو وہ اس کو وہاں پہنچا کر صحیح اور اچھی حالت کے درجہ پر قائم کر سکتا ہے اگر پران باقاعدہ اپنا کام کرتے رہیں تو خون کی حرکت میں کبھی فتور نہ واقع ہو۔ جب تک خون بہتر و درست حالت میں ہوگا۔ تب تک فاسد مادہ کو جسم میں داخل ہونے کا موقع نہ ملے گا۔ اور فاسد مادہ کی عدم موجودگی میں کبھی بیماری نہ ہوگی۔ پران کے بس میں کر لینے سے

ایک یہ فائدہ بھی ہوتا ہے کہ تندرستی اچھی رہ سکتی ہے

اکثر جانوروں کو دیکھا جاتا ہے۔ بہ نسبت انسان کے وہ نادانستہ کچھ کچھ پرانوں کو قابو میں رکھتے ہیں۔ مثلاً کتے۔ گھوڑے۔ بلی وغیرہ کو دیکھو وہ کان کھڑے کر لیتے ہیں دم کو جس طرح چاہیں۔ حرکت میں لا سکتے ہیں اور بعض جانور تو ایسے بھی نظر پڑتے ہیں۔ جو جسم کے کل حصہ پر حاوی رہتے ہیں۔ سانپ۔ گرگٹ وغیرہ میں یہ وصف موجود ہے اور یہ اپنی اندر کی ہوا کو خارج کر کے دبلے پتلے ہو جاتے ہیں۔(۴۲) کبھی کبھی باہر کی ہوا کثرت سے اندر داخل کر کے موٹے ہو جاتے ہیں معمولی انسان میں یہ بات نہیں ہے۔ بلکہ وہ سانس لینے کے قاعدہ سے بھی جیسا یوگی تعلیم دیتے ہیں۔ ناواقف رہتا ہے۔

اگر اس کو اس سے واقفیت ہو جائے۔ تو کتنا بڑا فائدہ حاصل ہو۔

اوپر کی عبارت پڑھ کر ممکن ہے کہ کسی کو یہ شک ہو کہ بعض جانوروں کو سفلی پران کے طاقت میں رکھنے سے کیوں اصلی فائدہ نہیں ہوا۔ اور اس لئے انسان کو بھی اس سے کیا امید ہو سکتی ہے؟ اعتراض کرنے والوں کو یاد رکھنا چاہیئے کہ قدرت نے ان جانوروں کو محدودیت کی حالت میں رکھا ہے۔ ان سے مقصود نہیں ہے کہ وہ روح کے علوی طبقات پر سیر کریں۔ کیونکہ عقلی قوائے نشو و نما یافتہ نہیں ہوتے یہ بات صرف انسان کے لئے مخصوص ہے وہ اگر چاہے تو اس سے فائدہ اٹھا کر صاحب کمال بن سکتا ہے دوسروں کو قدرت میں یہ استحقاق حاصل نہیں ہے۔

آج کل یورپ اور امریکہ کے مختلف حصوں میں ایسے آدمی پیدا ہو گئے ہیں جو صرف بذریعہ و شواش کے بیماری کا علاج کرتے

ہیں۔ وہ کہتے ہیں "اعتقاد من بس است و پیر من خس است"۔ اگر اعتقاد کامل ہے تو محض اعتقاد کی وجہ سے شفا حاصل ہو گی مگر یہ بات جو پہلو سے درست و صحیح نہیں ہو سکتی۔ اصلیت یہ ہے کہ ایک کے پران نے دوسرے کا علاج کیا۔ پران میں یہ طاقت ہے کہ دوسرے شخص کے جسم میں بذریعہ آواز یا خیال کے داخل ہو کر اس کو خاص حالت میں قائم کر دے مثلاً" دیکھو جب کبھی ایک تماشائی سٹیج پر آ کر تماشا دکھلانے لگتا ہے تو وہ اپنے من کو ایک خاص درجہ پر قائم کر لیتا ہے اور اس سے پران کی دھاریں نکلنی شروع ہوتی ہیں یہ دوسروں میں داخل ہو کر ان کے دلوں کو اسی درجہ پہ قائم کر دیتی ہیں۔ جس درجہ پر تماشائی کا دل قائم ہوا اور ان سب میں ہمدردی پیدا ہو جاتی ہے اگر تماشائی روتا ہے تو یہ سب بھی رونے لگتے ہیں۔ اگر وہ ہنستا ہے۔ تو یہ سب ہنسنے لگتے ہیں۔ غرضیکہ اس وقت وہ جو حرکت کرے ویسے ہی سب کے دلوں پر اس کا اثر پڑے گا۔ اور وہ ویسے ہی سوچیں گے۔ غور کریں گے۔ محسوس کریں گے۔ بات کیا تھی؟ ان پران کی طاقت تھی۔ جس نے ان سب کے دل کو اس کے دل کے موافق حالت عطا کر دی اسی طرح جب کبھی کوئی تندرست آدمی کسی بیمار کو یہ کہتا ہے۔ کہ تم وشواس کرو۔ محض وشواس سے ہی اچھے ہو جاؤ گے تو یاد رکھو ان لفظوں کے ساتھ اس کی تندرستی بخش پران کی دھاروں کی شمولیت ہے۔ اور وہ اپنا اثر دکھلائے بغیر نہیں رہ سکتے۔

اسی طرح جہاں کہیں بڑے بڑے کام ہو رہے ہیں وہاں بھی اسی پران کے کام کا ظہور ہے۔ لوگوں نے اپنے پران کے دھاروں کو حد درجہ کی طاقت دیدی۔ اور جس وقت قوت ارادی شامل ہو کر کام کرنے

لگی۔ عجیب وغریب نتیجے ظہور پذیر ہوئے۔ آدمی چاہے جانے یا نہ جانے
مانے چاہے نہ مانے۔ یہ سب پران ہی کا کھیل ہے۔ بڑے بڑے
اوتار۔ نبی۔ رسول وغیرہ جنہوں نے کارہائے نمایاں انجام دیئے
ہیں۔ سب نے کسی نہ کسی طرح پران کو قابو کر رکھا۔ اور جب اوروں
پر اپنا خیال ڈالنا چاہتے تھے۔ اُس کے دھاروں کو چھوڑ دیتے
تھے۔ اور تمام دنیا ان سے متاثر ہو جاتی تھی۔ بدھ دیو میں یہ
قابلیت تھی ان کی کوئی بات اثر سے خالی نہیں جاتی تھی اور یہ کمال
صرف اس باکمال مہاتما کو تھا کہ اس نے اپنی زندگی میں بلا کسی
خونریزی یا جنگ وجدل کے صرف خیالات کے ذریعہ پران کی
دھاروں کو باہر بھیج کر دُنیا کو فتح کر لیا۔ اوروں کو بھی یہ حالت حاصل
تھی۔ فرق صرف اتنا تھا۔ بعض اس زور کو جانتے تھے بعض نہیں جانتے تھے۔ اور دانستہ
یا نادانستہ دونوں ہی نے پران کو اپنے خیالات کے پرچار کا ذریعہ بنایا۔

ان کے بعد جو آئے اپنے پران کی لہریں اس میں شامل کرتے گئے
کام بڑھتا گیا۔ یہاں تک کہ آج اس کی صورت بہت لمبی چوڑی
اور مہیب نظر آتی ہے۔ غرضیکہ دُنیا میں جو کچھ طاقتیں کام کر رہی
ہیں۔ وہ پران ہیں۔ پران مختلف ومتعدد صورتیں ہیں۔ اور پران
کے سوا اور کوئی طاقت نہیں ہے ؛

چھٹا سبق

پران و پرانایام (مسلسل)

پہلے سبق میں پران کی کسی قدر وضاحت کردی تھی۔ اب جو کچھ باقی رہ گیا ہے اس کو اس سبق میں بیان کریں گے۔

اس جسم میں پران مختلف قسم کے جن کو یوگیوں نے صرف پانچ قسموں میں تقسیم کیا ہے۔ ان کے برعکس کے طور پر پانچ اپ پران کورم ٹاگ دھنجے وغیرہ بھی ہیں مگر ان کا جاننا اس قدر مفید نہیں ہے کیونکہ اگر ایک رگ و ریشہ کے پران کی وضاحت ہونے لگے۔ تو مجلد کتاب بن جائیگی۔ اور نتیجہ کچھ بھی نہیں نکلے گا۔

ابتدا میں پران کا شغل حبس دم کیساتھ کیا جاتا تھا۔ سانس ہی ہمارے جسم میں پران کے ظہور کی کثیف صورت ہیں۔ سانس روک دیجئے آدمی اسی وقت ہلاک ہو جائے گا۔ آدمی کی ظاہری زندگی کا انحصار سانس پر ہے۔ اس وجہ سے یوگی لوگ اس سانس کو اندر روک کر یکسوئی کا عمل کیا کرتے تھے۔ مگر یہ ہمیشہ یاد رکھنا چاہئے۔ سانس کا روکنا ہی یوگ کا خاتمہ نہیں ہے۔ اس کے بعد جب دل یکسو ہونے لگا۔ لطیف پرانوں کے روکنے کی باری آتی ہے انسان کے جسم میں مختلف مقامات ہیں

جہاں اس روکنے کا عمل کیا جاتا ہے۔ یوگ کی کتابوں میں ان کے عجیب و غریب نام دیئے ہوئے ہیں۔ سہسرار۔ مول دھار وغیرہ۔ مول دھار سب سے نیچا ہے۔ پھر سودسٹھان ہے۔ پھر منی پور اور اناہت ہے۔ پھر وِشدھ ہے۔ سب سے آخری مقام سہسرار ہے جو دماغ میں ہے مول دھار سے شروع کر کے تمام طاقت کو کھینچ کر بتدریج سہسرار میں لانا ہے۔ یوگی کہتے ہیں کہ جسم کی تمام طاقتوں کا دار و مدار اوجس[1] پر ہے جو دماغ میں اکھٹا ہوا کرتا ہے۔ جس میں جس قدر اوجس ہوگا۔ اس میں اسی قدر طاقت اور قوت ارادی موجود ہوگی۔ اور اسی قدر عقل و تمیز روحانی قوت اور سوچنے سمجھنے کی لیاقت آئے گی۔ جس شخص کو روحانی طور پر طاقتور دیکھو۔ جس کے خیالات نیک ہوں۔ جس کی زبان رسیلی ہو جس کی باتوں میں مقناطیسی کشش ہو۔ جو سب کو اپنی طرف متوجہ کر سکے۔ سمجھ لو۔ اس میں اوجس کی کثیر مقدار موجود ہے۔ اس طاقت کے آدمی کے لئے نہ زبان کے شستہ بنانے کی ضرورت ہے۔ نہ قاعدہ کی پابندی امر لازمی ہے وہ جو کچھ ٹوٹی پھوٹی زبان میں کہے گا۔ اس میں خاص زندگی اور کشش ہوگی۔ اس کا دھیان بھی عبارت آرائی کی طرف نہ جائے گا خیالات بلاشک خوبصورت اور زبردست ہوں گے۔ اور وہ جہاں رہیگا دُنیا کو محض اپنے خیالات سے ہلا دے گا۔ ہر شخص میں کم و بیش اوجس ہوا کرتا ہے مگر جو بیرج کی زیادہ حفاظت کرتا ہے اور ساتھ ہی اپنے اندر کسی طرح کا عمل بھی کیا کرتا ہے اس میں زیادہ اوجس ہونے کی امید ہوتی

[1] اوجس: ایک قسم کی رقیق۔ چیز ہے جو دماغ میں رہتی ہے

ہے۔ خواہ منی۔ یہ سب اوجس میں تبدیل ہوتے ہیں جس طرح عالم مثال میں پانی بھاپ بنتا ہے اور پھر لطیف شکل اختیار کرتا ہے۔ اسی طرح تمام بجلی کی طاقتیں۔ مقناطیس کے کشش کی قوتیں تبدیل ہو کر اوجس بنتی ہیں جو کوئی اپنے آپ کو بلوان بنانا چاہے وہ اپنے اندر زیادہ اوجس پیدا کرنے کا خیال رکھے۔ انسانی جسم دراصل بجلی کی طاقتوں کا زبردست اور بہت بڑا کل ہے۔ جس نے اس راز کو سمجھ لیا۔ وہ جسم کو رکھتے ہوئے اس طرح کا بن جاتا ہے کہ اس پر آگ پانی۔ بندوق کی گولی اور تلوار کی دھار اثر نہیں کر سکتی۔ ہنومان جی بجر نگی کہلاتے ہیں۔ ان میں یہ طاقت بہت تھی۔ کیونکہ علاوہ شروع سے برہمچاری رہنے کے وہ با کمال عامل بھی تھے۔ اسی وجہ سے ان پر ہتھیار اثر نہیں کر سکتے تھے۔ جو برہمچاری نہیں ہے وہ یوگ کا یہ رتبہ نہیں حاصل کر سکتا۔ یہ سچ ہے یوگ گرہستی بھی کرتے ہیں۔ مگر ان کو بھی باقاعدہ مجامعت کرنے کی ہدایت ہے۔ ورنہ وبھچاری کے لئے یوگ کا سمجھنا ہی مشکل ہے۔ برہمچریہ کی عظمت پر لکچر و دکھیان ہزاروں سننے میں آتے ہیں۔ مگر ان لکچراروں میں ایک بھی نہ ملے گا۔ جو اصلیت کا علم رکھتا ہو۔ لکشمن اوجس والے تھے۔ یہ بھی برہمچاری تھے۔ اگر یہ رام کے ساتھ موجود نہ ہوتے تو لنکا کبھی کے فتح کرنے کا ٹیکا لکشمن کے ماتھے پر لگایا جاتا ہے

ایک مرتبہ کا ذکر ہے اگست رشی رامچندر جی سے ملنے آئے۔ جب ان کی بڑائی کی استتی کر چکے۔ کہنے لگے" لکشمن ہی نے دراصل لنکا فتح کی ہے "۔ رام نے متحیر ہو کر پوچھا یہ آپ کیا کہہ رہے ہیں" رشی نے جواب دیا۔ لکشمن سے زیادہ زبردست برہمچاری اور کوئی نہیں۔ تمہاری

فوج میں موجود نہ تھا۔ اندرجیت میگھ نادراون کا لڑکا اتنا بلوان تھا۔ کہ کوئی بھی انسان اس کو زیر نہیں کر سکتا تھا اس نے اندر یعنی بجلی کی طاقت کو ہر طرح سے اپنے اندر جذب کر رکھا تھا۔ راون جانتا تھا کہ جب تک اندرجیت موجود ہے۔ کوئی اس کو فتح نہیں پا سکتا۔ رامائن میں جو جا بجا "انشٹھان" ورکششوں کے یگیہ کا ذکر آتا ہے۔ اس کا مطلب در اصل یہ تھا کہ وہ قوت ارادی کے مضبوط و سخت بنانے کے لئے ایکانت سیون کرتے تھے اور جب کبھی ان کو اس بات کا خیال آیا جاسوسوں سے خبر پا کر رام کے دونوں نے ان کا یگیہ ودھنس کر دیا۔ مگر میگھ ناد میں یہ عیب تھا اس نے استری کر رکھی تھی۔ لکشمن باوجود شادی شدہ ہونے کے بھی پورے بال برہمچاری اور جتی تھے۔ یہ اوجس کنواری لڑکیوں میں زیادہ ہوتا ہے اور یہی وجہ ہے کہ اب تک ہندؤں میں کنواریوں کے ہاتھ کے کاتے ہوئے جنیو پہننے کا رواج ہے تا کہ زنار داروں کو ان کے پاک اوجس کا کچھ حصہ مل جایا کرے۔ جب ان لڑکیوں کی شادی ہو جاتی ہے پھر اوجس اتنا نہیں بنتا۔ اس لئے اب تک پورا نکول میں کنواری کنیاؤں کی پوجا کرنے کا رواج ہے کنوارے لڑکوں میں بھی اوجس بہت ہوتا ہے مگر اس کی حفاظت نہیں ہوتی۔ وہ باہمی صحبت دنیا کے خیالات سے برباد ہو جاتے ہیں ہندؤں کی قومی طرز معاشرت میں عورتوں کی حفاظت کی ...

... پوری پوری نگرانی ہوا کرتی تھی۔ لکشمن میں یہ اوجس بکثرت تھا۔ اور یہی وجہ ہے کہ بمقابلہ اور بہادروں کے ان میں سہن شکتی زور کی تھی۔ آج کل کے عیش پسند طالب علم اس بات پر ٹھٹھا اڑائیں

مگر حقیقت یہ ہے کہ لکشمن نے چودہ برس تک یکلخت زمین سے میٹھے نہیں لگائی - ہاتھ میں تیر و کمان لئے ہوئے رات بھر پہرہ کا کام دیا کرتے تھے - یہ ریاضت اور تپ کہاں نظر آئے گا - اس لئے ایسے جتی کے سامنے مصنوعی بجلی کی دھاریں نہیں ٹھہر سکتی تھیں - کیونکہ ان میں عجب طرح پر اصلی بجلی کی طاقت موجود تھی - یہ سچ ہے - ابتدا جنگ میں ان کو تسکتی لگی تھی - اگر یہ تسکتی کسی اور کو لگتی تو وہ جانبر نہ ہو سکتا - ان میں بوجہ برہمچریہ کے سخت جان تھی - بچ گئے اور دوسرے ہی دن پھر میدان جنگ میں آکر ڈٹ گئے - سانپ میں اوجس کی مقدار زیادہ ہوتی ہے - شاعرانہ النکار میں اسی وجہ سے شیش ناگ کے سروں کا وشنو کے سر پر سایہ بنایا گیا ہے - اوجس میں وہ طاقت ہے جو باہری دنیا کا قاعدہ میں رکھتی ہے - سب کو اپنے اندر کھینچ رکھتی ہے اسی طرح انسان کی جسمی دنیا میں دماغ کے اوجس کا حال ہے اگر لکشمن نہ ہوتے - تو لنکا کبھی فتح نہ ہو سکتی کیونکہ راون سے زبردست دماغ والے فلاسفر نے تمام مصنوعی اور قدرتی سامان سے اس کو مضبوط بنا رکھا تھا - اس کے پاس اندرجت اور کمبھ کرن سے جودھا موجود تھے - جنہوں نے یوگ کے راز کو سمجھتے ہوئے اپنے آپ کو پتھر اور لوہے کی طرح مضبوط بنا رکھا تھا مگر لکشمن کا ثانی ان میں ایک بھی نہیں تھا - اس لئے اس کو منہ کی کھانی پڑی - رام اور ان کے ساتھی اگست کی زبانی لکشمن کی تعریف سن کر بہت خوش ہوئے -

جو شخص یوگ کا خیال رکھے سب سے پہلے ویریہ رکشک بنے

چاہئے۔ عورت ہو خواہ مرد سب ایسا کر سکتے ہیں۔ سب سے پہلے جذبات
کو مغلوب کرنے کی ضرورت ہے۔ اگر ابتدا ہی غلط ہو تو خیر صلاح۔ نہ جسمی
طاقتیں اوجس کی شکل میں منتقل ہوں گی۔ نہ روح کو عروج نصیب ہوگا
جس میں اوجس نہیں ہے وہ اخلاقی طور پر مضبوط بھی نہ ہوگا۔ کمزور
آدمی کی نگاہ جہاں عورت کی صورت پر پڑی۔ وہ گر جائے گا۔ بہت
سے انسان صورت حیوان تو عورت کو دیکھ کر اسی طرح ہنہنانے لگتے
ہیں۔ جیسے گھوڑا گھوڑی کو دیکھ کر۔ ان میں نہ اخلاقی طاقت آتی ہے
نہ بیخوفی و بیباکی پیدا ہوتی ہے اور وہ جلد گر جاتے ہیں۔ تم بغور ہندو
تواریخ کے صفحات الٹ کر دیکھو۔ کیا کہیں سوائے برہمچاری کے
اور کسی نے بھی کارہائے نمایاں انجام دیئے ہیں۔ تم نے شاید بھیشم پتامہ
کا حال سنا ہوگا۔ یہ راج رشی تھا۔ کیونکہ راج یوگ کا عامل۔ راج کا
لفظ ہی ضبط جذب اور حکومت کا مرادف ہے۔ جس نے اپنے جسم
کے تمام مرکزوں کی طاقتوں پر عبور پا لیا ہے وہی راج رشی یوگی
ہوتا ہے۔ بھیشم کے انوشاسن پرب اور شانتی پرب کو بغور مطالعہ
کرو۔ کیا کوئی وبھچاری ایسی تعلیم دے سکتا ہے۔ بدھ گو بیاہا آدمی تھا
مگر آخر میں اس نے برہمچاری بن کر اوجس کی مقدار کو بڑھایا اور
تختۂ عالم کو تہ و بالا کر دیا۔ شنکر آچاریہ برہمچاری تھے۔ اور کون
شخص ہے۔ جو اس مہاتما کے دماغ سے نکلے ہوئے خیالات کی
تعظیم نہیں کرتا۔ کبیر صاحب بھی برہمچاری تھے۔ وہ صاف صاف لفظوں
میں فرماتے ہیں۔ کہ وشئی کے لئے یوگ اور موکش نہیں ہے

ناری کی چھائیں[1] پڑت   اندھے ہوت بھجنگ[2]

[1] سایہ   [2] سانپ

کبیر ان کی کون گت	جو نت ناری کے سنگ
کامی کُتّا ۔ تیس دن	انتر ہوئے اوداس
کامی تر کتا سدا	چھ رت بارہ ماس
جہاں کام تہاں نام نہیں	جہاں نام نہیں کام
دونو کبھوں نہ ملیں [سورج]	ربی رجنی[ناریکی] اک ٹھام
کامی کبھوں نہ گورو بھجے	مٹے نہ سنشے سول
اور گنہ سب بخشہوں	کامی ڈال نہ مول
چھوٹی موٹی کامنی [عورت]	سب ہی بش[زہر] کی بیل
ویری مارے دانو سے	یہ مارے ہنس کھیل

خیال کو پاک رکھو۔ من بچن کرم سے شدھ ۔ تب تم میں اوجس پیدا ہوگا۔ بغیر اس کے راج یوگ خطرناک ہے۔

ساتواں سبق

پران و پرانایام (مسلسل ۳)

پران ایک طاقت ہے جو دُنیا میں محیط ہے۔ اور جیسا ہم نے پہلے عرض کیا اس کی مختلف صورتیں ہیں۔ سب سے زیادہ کثیف شکل اس کی سانس ہے جو پھیپھڑوں کی راہ سے آتی ہے۔ یہ پران کی اندرونی طاقتوں سے کمزور ہے مگر سب کا دار و مدار اسی پر ہے جیسے ایک بڑے کل خاص پہیئے کے چکر دینے سے باقی سب حرکت میں آتے ہیں۔ اسی طرح حرکات تنفس سے سب کو طاقت ملتی ہے اور جسم کے تمام اندرونی پرزے حرکت میں آجاتے ہیں۔ اس کے روک لینے سے سب رُک جاتے ہیں اور کل جسم اختیار میں آجاتا ہے۔ سوامی دیوکانند نے اپنے راج یوگ میں ایک قصہ لکھا ہے۔ ہم نے پہلے یہ قصہ ایک انگریزی کتاب میں پڑھا تھا۔ وہ یہ ہے۔

کسی راجہ کا ایک منتری تھا۔ راجہ اس سے کسی وجہ سے ناراض ہوگیا۔ اور ایک نہایت اونچے مینار کی چوٹی پر اس کو قید کردیا۔ وہاں سے کسی طرح اس کی رہائی کی اُمید نہیں تھی۔ کیونکہ سوا

ایک کھڑکی کے جو نہایت اونچی تھی اور کوئی بھی جگہ ہوا تک آنے کو نہیں تھی۔ اس منتری کی بیوی بڑی وفادار اور پارسا تھی۔ شوہر کے قید خانے جانے کی وجہ سے اس کو نہایت رنج ہوا۔ رات کے وقت وہ اس ارادہ سے مینار کے نیچے آکر رونے لگی کہ شاید اس کے شوہر کو کسی بات کی ضرورت ہو۔ اور وہ گاڑھے وقت اس کے کام آئے منتری نے جب اپنی عورت کے رونے کی آواز سنی۔ کہنے لگا۔ یہ شور کرنے کا وقت نہیں ہے گھر چلی جا۔ اور ایک رسّا اور ایک باریک رسّی۔ سوت کا موٹا تاگا اور ریشم کا لچھا ایک گبریلا کیڑا اور ذرا سا شہد لے آؤ۔ عورت کو سن کر تعجب ہوا۔ مگر اس کو اپنے شوہر کی دانشمندی پر یقین تھا۔ وہ گھر پر آئی۔ اور سب چیزیں لے کر تھوڑی دیر بعد مینار کے نیچے جا پہنچی۔ منتری نے کہا۔ کیڑے کی کمر سے ریشمی تاگا باندھ دو۔ اور اس کے سر پر شہد سے چھو کر مینار کی کھڑکی کی طرف رُخ کر کے چھوڑ دو۔ شہد کی خوشبو سونگھ کر کیڑے نے سمجھا وہ اوپر سے آ رہی ہے اور اس کی تلاش میں اوپر کی طرف روانہ ہوا۔ جب کھڑکی کے قریب پہنچا منتری نے ریشم کو ہاتھ میں پکڑ لیا۔ اور کیڑے کو چھوڑ دیا۔ پھر اس نے ریشم کو کھڑکی کی سلاخوں سے باندھ کر بیوی سے کہا سوت کا موٹا دھاگا ریشم کے سرے سے باندھ دو۔ اس نے ایسا ہی کیا۔ تب اس نے ریشم کے سہارے سوت کی ڈور کو اوپر کھینچ لیا۔ اس کی مدد سے باریک رسّی اور باریک رسی کی مدد سے موٹے رسّے کو اوپر کھینچ کر سلاخوں سے مضبوط باندھ دیا۔ اور اس کو پکڑ کر نٹوں کی طرح ہوشیاری اور احتیاط کے ساتھ پاؤں

جماتا ہوا نیچے اُتر آیا اور کسی اور ملک میں بھاگ کر اپنی جان بچائی۔

ہمارے جسم میں یہ سانس ریشمی سوت ہیں۔ اگر ان کو کسی طرح پکڑ لیا جائے۔ تو پھر اندر کے تمام دھاگے ہاتھ میں آجاتے ہیں پہلے سانس کو قابو کرلو۔ پھر جسم کے رگ وریشوں پر اختیار مل جائیگا بعد کو خیالات کی دھاروں پر عبور حاصل ہوگا۔ اور آخر میں اصلی پران ہاتھ میں آجائیں گے۔ جو سب سے زیادہ لطیف ہیں۔

لطیف چیزوں کے سمجھنے اور ان پر عبور پانے کی قابلیت اس وقت تک بمشکل ہاتھ آتی ہے۔ جب تک ہم کثیف حالت سے درجہ بدرجہ ترقی نہ کرتے جائیں۔ دنیا میں ایسے آدمی بھی ملتے ہیں۔ جو حبس دم کے بغیر بھی یوگ کے مقصد کی تکمیل کر لیتے ہیں۔ ان میں سے ایک وہ لوگ ہیں جو شبد کا ابھیاس کرتے ہیں۔ یہ بھی دراصل پرانایام ہی ہے اناہت شبد مارگی چاہے جانیں یا نہ جانیں۔ مگر وہ بھی شبد کے ذریعہ پران تک پہنچنے کی کوشش کرتے ہیں۔ اور ان میں سمادھی کی حالت آجاتی ہے۔

جن کو پرانایام کا خیال ہے۔ ان کو چاہئے۔ کہ پران کے قابو میں لانے کا خیال دل میں قائم کریں۔ ہندوؤں کی کسی مقدس کتاب میں لکھا ہے کہ اگر پران کے نام پہلے پانچ لقمے کھاکر غذا کھائی جائے تو وہ زیادہ صحت بخش۔ طاقت بخش اور مسرت بخش ثابت ہوگی۔ پران کے خیال کو دل میں متصرف ہونے دینا اپنی اندرونی طاقت پر بھروسہ رکھنا اور عالمگیر محبت کے اصول کا پابند ہونا ہی ایک ایسا شغل ہے۔ جو خود بخود دل کو یکسو بنادے گا۔ اس خیال کے دل میں آتے ہی

پران کی دھار کے نیچے اُترتی ہے اگر تم کھاتے پیتے وقت اس کا تصور نہ کرو۔ تو وہ زیادہ مقدار میں نیچے کی طرف رجوع ہو۔ جس کا جی چاہے اس کا تجربہ کر سکتا ہے پران کا خیال دل میں جما کر اندر کی طرف سانس لو۔ دیکھو اسی وقت تم میں نئی طاقت کی دھار آنی شروع ہو جاویگی۔ اگر تھک گئے ہو خواہ ماندگی آگئی ہے تازہ دم ہو جاؤ گے ذرا آزما کر دیکھ لو اس طرح اگر پران کا خیال کر کے آہستہ آہستہ پانی پیتے جاؤ۔ تو وہاں بھی طاقت کا ظہور دیکھو گے۔ یہی وجہ ہے۔ کہ بزرگ ہندو سب سے پہلے پانچ لقمے پرانوں کے نام کھانے کی ہدایت کرتے تھے۔ پران کا شغل دراصل نہایت طاقت دینے والا ہے۔

پرانایام کے شغل کے لئے یہ ضروری ہے کہ شاغل کھانے پینے کے معاملات میں احتیاط اور پرہیز رکھے۔ اور دن میں بار بار بھوک سے زیادہ کبھی نہ کھائے۔ جن چیزوں کے کھانے سے مزاج میں چڑچڑاپن سستی۔ سوء ہضمی یا خرابی پیدا ہونے کا اندیشہ ہے۔ ان سے قطعی پرہیز رکھا جاوے۔ قابل استعمال اشیاء حسب ذیل ہیں۔ چاول۔ دودھ شکر۔ جو۔ شہد۔ مکھن۔ مصری۔ مونگ وغیرہ

قابل ترک اشیاء ہیں (۱) ہر قسم کی ترش چیز مثلاً دہی۔ چھاچھ۔ کانجی املی کھٹا آم وغیرہ (۲) چرچری چیز۔ مثلاً لال مرچ وغیرہ (۳) جملہ اقسام کا گوشت (۴) ہر قسم کی بادی چیز تیل تل ماش وغیرہ (۵) ہر طرح کا باسی کھانا۔ (۶) ہر قسم کا نشہ مثلاً افیون۔ گانجا۔ بھنگ شراب مدک وغیرہ (۷) جس چیز سے خشکی پیدا ہو۔ جیسے مڈوا۔ باجری مکئی جوار وغیرہ (۸) جن چیزوں سے مہک پیدا ہوتی ہے۔ جیسے لسن۔

پیاز۔ شلجم (۹) تمام گرم چیز خواہ وہ خشک ہوں یا تر۔ (۱۰) اچار۔ (۱۱) کڑوی چیز جیسے کریلا وغیرہ۔
کھانے میں اس قدر لحاظ ہے کہ تمام خورش کی چیزیں ساتوک رستوگنی ہوں۔ تامسک یا راجسی نہ ہوں۔
غذا کے متعلق عام طور پر یہ حکم ہے کہ صرف ایک وقت کھائے اور اتنا کھائے کہ کچھ بھوک باقی رہے یا اندازہ لگا کر ۱/۴ حصہ کم کھاوے کھانے پینے اور سونے کا وقت مقرر ہو۔ زیادتی یا کمی کسی کام میں نہ ہو۔ جب کچھ دن تک ان باتوں میں مساوات حل ہو جائے تو پھر پرانایام شروع کرے۔
بلندی کے لئے دن میں دو دفعہ کم از کم پرانایام کرنا لازمی ہے۔ صبح اور شام یوگ کے متعلق دل میں شک وشبہ نہ رہیں اور جہاں وہ شغل کرنے لگا۔ اور اندرونی روشنی ملنی شروع ہوئی۔ تو پھر کوئی شبہ اس کو نہ ستاوے گا۔ اور نہ اس کے عقیدہ کے متزلزل ہونے کا خوف ہوگا۔ صبح اور شام کے وقت دنیا میں شانتی رہتی ہے۔ اس وقت تم دل کو اچھی طرح یکسو کر سکتے ہو۔ اور وقت یہ مشکل ہو جاتا ہے ساتھ ہی یہ بھی یاد رکھو کہ کھانا کھا کر کبھی پرانایام نہ کرو۔ پرانایام ہمیشہ کھانے سے پہلے ہونا چاہئے۔ جسم ہمیشہ صاف وستھرا رہے۔ ابھیاس کے وقت پراگندہ خیالات و وسوسات پاس نہ آنے پاویں۔ شغل کے لئے ایک خاص جگہ مقرر ہو۔ جہاں فضول گپ شپ یا کتابوں کا مطالعہ نہ کیا جائے۔ سب سے الگ تھلگ۔ کوئی وہاں ہونے نہ پاوے۔ ممکن ہو تو وہاں پھول وغیرہ بھی رکھ دیا کرو۔ تاکہ خوشبو سے دماغ

معطر رہے تصویریں اگر رکھی جاویں تو ایسے آدمیوں کی جو شانت چت اور نیک خیالات والے گزرے ہیں گورو کی تصویر یا سادھو مہاتماؤں کو دیکھ کر اچھے خیالات کا پیدا ہونا ممکن ہے اس کمرہ میں غصہ نفرت یا کراہت کے خیالات بھول کر بھی نہ آنے پاویں تاکہ اس میں اور اس کے اردگرد تقدیس اور پاکی کا ہالہ بن جائے۔ جب یہ کیفیت ہو جائیگی۔ تو کمرہ میں داخل ہوتے ہی تم میں پاکی اور شانتی آنے لگے گی۔ اور چت شانت ہوگا۔

اگر تم میں سے کوئی شخص ایسا نہیں کر سکتا۔ تو پھر جہاں جی چاہے وہاں بیٹھ کر پرانایام کرو۔ ابتدا میں شور و غل کی جگہ سے دور رہ کر ایکانت ہی میں شغل بہتر ہوتا ہے پرانایامی کو تعصب و تنگ دلی سے کوسوں بھاگنا چاہیئے۔ اس کا دل اس قدر وسیع ہو کہ جس میں سب کے لئے محبت کی گنجائش ہو سکے۔ اس کمرہ میں داخل ہوتے وقت اگر ممکن ہو۔ تو تم شانتی پاٹھ پڑھتے ہوئے ابھیاس کے لئے تیاری کرو۔ پھر ایشور کو نمسکار کر کے اس کے تصور کو دل میں جگہ دے کر کنول یا سدھ آسن پر آلتی پالتی مار کر بیٹھ جاؤ۔ خواہ اور کسی طرح کا آسن کورم آسن۔ ککٹ آسن متس آسن۔ میور آسن وغیرہ وغیرہ۔ مگر ہم صرف کنول آسن یا سدھ آسن کو زیادہ پسند کرتے ہیں۔ اور اسی کے عمل کرنے کی رائے دیں گے۔ دوسرے آسن گو مفید ہوں۔ مگر ہم ان کو ان پر ترجیح نہیں دیتے۔

آسن پر بیٹھ کر سانس کو اندر کی طرف کھینچیے۔ اس کو کچھ دیر کے لئے اندر روک رکھیے۔ پھر خارج کر دے۔ پرانایام میں ان تین حالتوں

کا نام ریچک۔ کمبھک اور پورک ہے یعنی اندر کی طرف سانس کھینچنے کا وقفہ۔ ریچک سانس کھینچنے کا وقفہ۔ کمبھک اور سانس باہر نکالنے کا وقفہ ریچک کہلاتا ہے۔ پہلے ایڑا نامی ناڑی کو جو بائیں طرف جاتی ہے۔ ہوا سے بھر لیوے۔ بیچ کی ناڑی سوشمنا میں اس کو کسی مرکز پر قائم ہو کر روک رکھو۔ پھر پنگلا نامی داہنے طرف کی ناڑی سے نکال دو۔ لیکن اس کا خیال رہے کہ جتنی دیر سانس کو اندر کی طرف کھینچتے ہو۔ اس کو تگنے سے زیادہ وقفہ تک روک رکھو۔ اور قریب دوگنے وقفہ میں خارج کرو۔ مثلاً اگر چار پل سانس کے کھینچنے میں لگتے ہیں۔ تو ۱۴ پل تک روکنے کی کوشش کرو۔ اور ۷ پل میں خارج کرو۔ اسی طرح پھر داہنے سے چار پل میں کھینچ کر ۱۴ پل تک روک کر ۷ پل میں بائیں نتھنے سے خارج کرو۔ پھر بائیں نتھنے سے شروع کرو۔ علےٰ ہذا القیاس۔ پل قریب قریب سکینڈ کو کہتے ہیں۔ یہ عمل کم سے کم چار دفعہ کرو۔ ۲۸ منٹ سے کم نہ ہو۔ تین مہینے تک برابر جاری رکھو۔ پھر اس کے بعد ابھیاس کرتے کرتے تم میں قابلیت و طاقت آ جائے گی۔ یہاں تک کہ تم ۱۴ پل سے کھینچ کر ۵۶ پل تک روکو۔ اور ۲۸ پل تک خارج کردو۔ مگر یہ خیال ضرور رہے کہ پرانا یام کا عمل خود بخود نہ کرو۔ پہلے کسی شاغل سے سیکھو۔

اس عمل کے کرنے سے تمہاری آواز میٹھی اور سریلی ہو جائے گی۔ چہرہ پر اگر شکن ہیں تو سب غائب ہو جائیں گے۔ شانتی ہو گی اور کام کرنے کی طاقت بڑھے گی۔ تمہاری روح بیدار ہونے لگے گی۔ اور پھر تم کو کسی کتاب کے پڑھنے کی اس قدر ضرورت نہ ہو گی۔ نئے

نئے لطیف خیالات تم کو خود بخود ملنے لگیں گے۔
اس عمل سے اصل مراد یہ ہے کہ سوشمنا ناڑی کھل جائے۔ اور یہ بتدریج کھلتی ہے اور اس کے کھلتے ہی انسان میں آہستہ آہستہ روحانیت آتی جاتی ہے۔ شبد ابھیاس سے بھی یہ ممکن ہے۔
انسان کا پران جب ایک جگہ سے دوسری جگہ چڑھنے لگیگا اور دماغ کی طرف رجوع ہونے لگے گا۔ تو اس کے اندر پرکاش کی حالت پیدا ہو گی۔

آٹھواں سبق

پرتیاہار

پرانایام کا بیان گو واضح و مفصل طور پر ذکر کر دیا گیا ہے۔ مگر یہ یاد رہے وہ صرف ابتدائی زینہ تھا۔ اسی کی بنیاد پر عمارت کھڑی ہو گی جب ابھیاس کرنے والے میں اس قدر قابلیت پیدا ہو جائے۔ کہ وہ کچھ دیر کے لئے سانس روک سکے۔ اور باقاعدہ ریچک۔ پورک کمبھک کا عمل کر سکے تو اس کا پرتیاہار کرنا چاہئے۔ پرانایام کے عمل سے بہت سی بیماریاں نہیں ہوتیں۔ مثلاً تپ دق۔ سل اور

پھیپھڑوں کی بیماری سے تو ہمیشہ کے لئے نجات مل جاتی ہے۔ یہ بیماریاں سانس کی بے قاعدگی کی وجہ سے ہوتی ہیں۔ پھیپھڑا بگڑ جاتا ہے۔ پرانایام سانس لینے کا سائنس بھی ہے۔ تہذیب نے جیسی قدرتی غذا اور قدرتی پانی کی بےعزتی کرکے اس کو کچھ کا کچھ بنا رکھا ہے۔ ویسے ہی اس نے سانس لینے میں بھی خرابی آگئی ہے وحشی آدمی بمقابلہ مہذب آدمیوں کے قدرتی طور پر سانس لیتے ہیں سانس ہمیشہ نتھنوں سے لینا چاہیئے۔ منہ سے سانس لینا بڑا ہے۔ قدرت نے ناک کو اس طرح بنایا ہے کہ ہوا چھن کر اندر داخل ہو۔ ناک کے بال چھلنی کا کام دیتے ہیں۔ منہ سے سانس لینا ممکن نہیں۔ یہ سچ ہے بعض بعض کمبھک میں منہ سے سانس لینا پڑتا ہے مگر وہ کچھ اور بات ہے عام طور پر ہمیشہ ناک کے نتھنوں ہی سے سانس لینا چاہیئے۔ ہندو عورتوں میں ایک قاعدہ پہلے ہی سے چلا آتا ہے اگر کہیں بچہ میں منہ سے سانس لینے کی عادت آگئی تو وہ سر کو اس طرح دبا دیتی ہیں کہ سانس ہمیشہ ناک سے لیا کرے پرانایام سے علاوہ اور باتوں کے صحت کا بھی بہت بڑا فائدہ حاصل ہوتا ہے۔

پرتیاہار کے معنی ہیں۔ روک رکھنا۔ ضبط کرنا۔ روک رکھنے اور ضبط کرنے سے یہ مراد ہے کہ چت کی ورتی باہر کی طرف نہ جانے پاوے اور وہ اندر کی طرف متوجہ ہو۔ باہر مکھی ورتی ہونے سے غلامی خرابی اور بربادی آتی ہے۔ انتر مکھی۔ ورتی سے آزادی۔ بہتری اور طاقت نصیب ہوتی ہے۔ ہر شخص کو یہ

سوچ لینا چاہیئے۔ جو بیرونی تعلقات کے سلسلہ میں اپنے آپ کو ضبط نہیں کر سکتا وہ نہایت کمزور آدمی ہے اور وہ کبھی دشمن کے مقابلہ میں کامیاب نہ ہوگا۔ اصلی طاقت ضبط میں ہے اور جو ضبط کے مضمون کو سمجھتے ہیں۔ وہ کبھی کام۔ کرودھ کی پرواہ میں نہیں بہتے۔ اسی کا نام پرتیاہار ہے

دل کا روکنا آسان بات نہیں ہے یہ ہزارہا کیا کروڑہا۔ بلکہ بے شمار سالوں سے باہر دوڑنے کا عادی ہے۔ جہاں اس نے کسی چیز کو دیکھا۔ اپنے چت کو اس میں گاڑ دیا اور وہی روپ بن گیا۔ اپنی اصلیت کو بھول گیا۔ یہاں تم کو ایک بات اور نیا دیکھنا چاہیئے۔ کہ انسان کو اندریوں کا علم کیسے ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر سمجھ لو۔ باغ میں پانی کا حوض بھرا ہوا ہے نہر بنی ہے جس سے ہو کر پانی باغ کی کیاریوں میں جاتا ہے پانی حوض سے نکلا۔ پہلے نہر میں ہو کر گزرا۔ پھر کیاری میں آکر اسی کی وضع قطع اختیار کر لی۔ اسی طرح جب کوئی چیز آنکھ کے سامنے آتی ہے چت کی ورتی آنکھ کی راہ سے نکلتی ہے اور اس چیز سے ٹکرا کر اسی کی شکل بن جاتی ہے۔ تب جا کر علم ہوتا ہے۔ آنکھ بطور خود ایک اوزار ہے چت کی ورتیاں اس طرح اس کے راہ سے آیا جایا کرتی ہیں اور ہمیشہ اسی فکر میں رہتی ہیں۔ من دراصل اس کی وجہ سے غلام بن گیا ہے اس کا قابو میں لانا بہت ہی مشکل ہے کیونکہ عادت کو فطرت سے مشابہ کیا گیا ہے باہر جانے اور باہر کی چیزوں سے تعلق پیدا کرتے رہنا۔ اس تعلق پیدا کرنے کی خواہشیں و فکر میں لگے رہنا۔ اس کی فطرت میں داخل ہو گیا ہے اس لئے اس کی اصلاح بآسانی نہیں ہوگی۔ اس میں بہت کچھ جدوجہد کرنا ہوگا۔ اسی جدوجہد کا نام پرتیاہار ہے۔

سوامی دیویکانند مرحوم نے اپنے راج یوگ میں من کو پاگل بندر سے مشابہ کیا ہے وہ لکھتے ہیں۔ ایک بندر تھا۔ چونکہ بندر فطرتاً چنچل ہوتے ہیں۔ یہ بھی حد درجہ کا چنچل تھا۔ ساتھ ہی پاگل بھی کسی شخص نے اس کو خوب شراب پلا دی۔ اب تو اس کی چنچلتا کی کوئی حد نہیں رہی۔ اتفاق سے ایک بچھو اس کو ڈنگ مار گیا۔ غریب بندر جس طرح کودنے پھاندنے اور اچھلنے میں سرگرم ہو گیا۔ اس کا بیان کوئی کیا کر سکے۔ اتفاق سے ایک بھوت بھی اس پر سوار ہو گیا۔ اب تو بندر کی کچھ نہ پوچھئے۔ چنچلتا کی اس سے بہتر مثال کہیں بھی نظر نہ آوے گی۔ اسی طرح انسان کا دل بھی بندر سے زیادہ مشابہ ہے اول تو یہ فطرتاً چنچل ہے دوسرے اس نے خواہش کی شراب پی لی ہے خواہش کے پیدا ہوتے ہی حسد و رشک کا بچھو اس کو ڈس لیتا ہے اور جب غرور کی صورت والا شیطان اس پر سوار ہو جاتا ہے تو پھر کون شخص ہے جو اس کے قابو میں لانے کی ہمت کر سکے۔ وہ بارہ اندریوں کی طرف دوڑتا ہے اور کوئی طاقت اس پر غالب آنے کا حوصلہ نہیں کر سکتی۔

مگر یہ من ہی سب کچھ نہیں ہے اس لئے اس پر غالب آنا امر لازمی ہے کٹھ اُپ نشد میں یم نچکیتا سے اس طرح کہتا ہے۔

(۳) تو سمجھ آتما سوار ہے۔ یہ شریر رتھ ہے بُدھی رتھ بان ہے۔ اور من اس کا لگام ہے۔

۴۔ (وہ) کہتے ہیں کہ اندریاں گھوڑے ہیں اور اندریوں کے وشئے (لذات نفسانی کے سامان) سڑکیں ہیں بھوگنے والا آتما ہے۔ جو شریر اندری اور من والا ہے۔ گیانیوں نے ایسا ہی کہا ہے۔

۵۔ جو اگیانی ہے وہ لگام کو یونہی چھوڑ رکھتا ہے۔ اندریوں کو اختیار میں نہیں رکھتا۔ اور وہ رتھ کے چنچل گھوڑوں کی طرح ہوتی ہیں۔

۶۔ لیکن جو گیانی ہے اور من کو سنبھال رکھتا ہے اندریاں رتھ کے اچھے گھوڑے کی طرح اس کے بس میں رہتے ہیں۔

۷۔ جو اگیانی ہے اچیت ہے۔ ہمیشہ ناپاک ہے۔ منزل مقصود کو نہیں پہنچتا اور سنسار میں اتر آتا ہے

۸۔ لیکن جو گیانی ہے سچیت ہے ہمیشہ پاک رہتا ہے منزل مقصود کو پہنچتا ہے اور پھر پیدا نہیں ہوتا۔

۹۔ لیکن وہ شخص جس کا رتھ بان عقلمند ہے اور جس کے من کا لگام خوب لگا ہوا ہے سڑک کے منزل مقصود پر پہنچتا ہے جو وشنو کا سب سے اونچا ستھان ہے۔

۱۰۔ اندریوں سے اونچے دشئے بھوگ ہیں۔ وشئے بھوگ سے اونچے من ہے۔ من سے اونچی بُدھی ہے۔ بُدھی سے اونچی آتما ہے۔

(۱۱) گیانی کو چاہیئے۔ بانی کو من سے روکے۔ من کو بُدھی سے روکے بُدھی کو آتما سے روکے۔ اور آتما کو پرماتما سے روکے۔

کٹھ اپنشد تیسری وَلی

یہ ضبط کی تعلیم ہے جو اُپنشدوں نے دی ہے اس کا سب کی سمجھ میں آنا مشکل تھا۔ کیونکہ گیان کی سمجھ ہر ایک کو نہیں ہے۔ یوگیوں نے روکنے کا عمل سکھلا دیا۔ آدمی جب سے دُنیا میں پیدا ہوتا ہے۔ رات دن لوگ اس کو یہی کہتے رہتے ہیں۔ نیکی کرو۔ ایماندار ہو۔ دل پر قابو حاصل کرو۔ مگر ایسے آدمی کہیں بھی نہ ملیں گے۔ جو نیک اور ایماندار

بننے اور دل پر قابو حاصل کرنے کا عمل بتاتے ہوں۔ یہی وجہ ہے کہ ان کا کہنا بیسود ثابت ہوتا ہے اور ان کے کلام سے بہت کم آدمی سدھرتے ہیں اس پر آہستہ آہستہ قابو پاتے جائیں گے۔ من کو ایک جگہ ایک مرکز پر جمانے کی کوشش کرو اگر وہ وہاں سے ہٹ جائے تو پھر اس کو اس جگہ پہونچنے کے لئے مجبور کرو۔ بار بار اس طرح کرنے سے وہ خود بخود رجوع ہونے لگے گا۔ یہ صرف عادت کی وجہ سے ایسا چنچل بنا ہوا ہے۔ اس کی عادت بدل دو۔ اس کو باہر کی طرف رس لینے سے روکو۔ اور اس کے لئے رس کا سامان پیدا کر دو۔ جیسا ہم نے اوپر بیان کر دیا ہے۔ اور وہ پھر اسی مرکز کے ارد گرد بندر کی طرح گھومتا پھرتا رہیگا

کبیر صاحب فرماتے ہیں۔

من کنجر[1] مہہ منت[2] تھا۔ پھرتا گھر گنبھیر
دوہری۔ تیہری چوہری پڑ گئی پریم زنجیر
جھنشا من مارے۔ گھٹے ہی ماہیں گھیر
جب ہی چالے پیٹھ دے آنکس دے دے پھیر
یہ تو گت ہے اٹ پٹی ست ہٹ رہے نہ کوے
جو من کی کھٹ پٹ مٹے تو جھٹ پٹ درشن ہوے

[1] ہاتھی [2] ست

من روپی مست ہاتھی کو آنکس مار مار کر من کے اندر ہی روک رکھنا پرتنیا ہار ہے۔

پرتنیا ہار ایک اور طریقہ سے بھی کیا جاتا ہے اکثر عامل و شاغل محض اپنے کشف کی مدد سے کچھ دیر کے لئے آدمی کے چت کی ورتی کو اس کے اندر روک دیتے ہیں خواہ جب وہ ایسے مشاغلوں کے مجمع میں

جاتا ہے۔ جہاں حقانی راگ سننے میں آتے ہیں۔

یوگیوں کی تعلیم کے بموجب پرنیا ہار ایک ایسی شئے ہے۔ جس سے خودبخود انسان میں یہ اوصاف پیدا ہونے لگتے ہیں اس کی ترکیب کیا ہے؟ یہاں بھی ہم مثال سے سمجھانے کی کوشش کریں گے۔ بندر بہت چنچل ہے۔ اس کے گلے میں رسی ڈال کر لمبے بانس سے باندھ دو۔ اور کہو۔ جتنا جی چاہے۔ کودے اور اچھلے۔ آخر وہ تھک کر ٹھہر جائیگا یوں کہتے ہیں سوشمنا ناڑی کے درمیان کسی جگہ مول دھار سے لے کر دماغ تک میں ایک مرکز قائم کر لو۔ اور وہاں ہی اپنا دھیان جاؤ۔ اور من سے کہو۔ خوب قلابازیاں کرے۔ وہ بندر کی طرح اچھلتا کودتا رہے گا۔ جب وہ اچھلتا ہو۔ اس کو مت روکو۔ خوب اچھلے کودے۔ اور اس وقت تم اس کی حرکات وسکنات کو بغور دیکھتے رہو۔ نرکھ پرکھ سے تم میں علم پیدا ہوگا۔ علم بطور خود طاقت ہے۔ جب تم خوب من کی نرکھ پرکھ کرنے لگو گے اس کی برائیاں تمہاری سمجھ میں آنے لگیں گی تم کو حیرت ہوگی۔ کہ ہم کیسے اس طرح کے برے خیال سوچنے کے عادی تھے۔ جہاں یہ خیال پیدا ہوا خودبخود من کی ورتیاں سمٹنے لگینگی اور تم شانت ہوجاؤ گے۔ ذرا اس بات کو کر تو دیکھو۔ روز بلاناغہ صبح خواہ شام کے وقت ایکانت میں بیٹھو۔ اور من کو بے لگام چھوڑ دو اور دیکھو وہ کیا کرتا ہے اور کدھر جاتا ہے۔ چند ہی مہینہ بعد اس کی چنچلتا دور ہونے لگے گی۔ اور من قابو میں آنے لگے گا۔ یہ تو ایک معمولی بات ہے ہر شخص کسی قدر اس کا امتحان کر سکتا ہے۔ لیکن یوگ سیکھنے والے باآسانی پرنیا ہار کے عمل سے وہاں بھی یہی کیفیت ہو جاتی ہے

چونکہ ایسے مقامات میں ایک نئی قسم کے خیالات کی لہریں تموّج میں آتی ہیں۔ سب کے جذبات کا رُخ ایک ہی مرکز پر رہتا ہے۔ اور راگ راگنی ان کو اور بھی ایک مرکز پر قائم رہنے کا اہتمام کرتے ہیں۔ انسان ایسے مجمع میں جا کر بآسانی پرتیا ہار کی برکتوں کی سمجھ حاصل کر سکتا ہے۔ مگر ان دونو میں سے کوئی حالت دیرپا نہیں ہے۔ انسان کو خود کمائی کرنی چاہیئے اپنے اندر ایسی حالت خود پیدا کرنی چاہیئے۔ دوسروں کا دست نگر ہونا خواہ دوسروں سے امید رکھنا کہ وہ اپنی طاقت سے اس کے چت کو ایکاگر کر دیں۔ نہایت ناقص و مضر خیال ہے۔ راج یوگ کا مطلب یہ ہے کہ انسان جسم کی تمام طاقتوں پر حاوی ہو۔ سب کو اپنے اختیار میں لائے۔ اور اگر وہ دوسروں کا محتاج ہؤا تو وہ چاہے اور کچھ ہو۔ لیکن راج یوگ ہونے کی کبھی امید نہ رکھے۔

یاد رکھو۔ دوسرے کو کبھی اپنے اوپر غالب آنے کا موقع مت دو۔ ایسا نہ ہو کہ اس کے خیالات تم پر متصرف ہو جائیں۔ ورنہ تمہاری حیثیت مُہرہ شطرنج سے زیادہ نہ رہے گی۔ اور اصلی روحانی ترقی سے تم محروم رہ جاؤ گے۔ اپنی قوّت ارادی کو نشو و نما دو۔ تمہارے دل میں ہر وقت یہ خیال رہے کہ ہم آتما ہیں۔ من اور بدھی دونو ہمارے غلام ہیں۔ ہم ان کو بس میں کر سکتے ہیں۔ اور تم بتدریج ان کو بس میں کر سکو گے۔

یہ سچ ہے بعض آدمیوں کو دوسروں کے کشف کے زیر اثر آنے سے فائدہ ہوا ہے۔ ان کی زندگیاں پلٹ گئی ہیں۔ مگر ہم اس کو پھر بھی

اچھا نہیں سمجھتے۔ ہماری سمجھ میں ہر شخص کا آتما تمام طاقت ہیں علم و ہنر کا بھنڈار ہے کیا وجہ ہے کہ اس کو براہ راست منافی علم و ہنر میں نہ آوے۔ گو اس عمل سے ایک دو آدمیوں کا بھلا ہو گا۔ مگر نقصان کتنے آدمیوں کا ہوتا ہے۔ جو بگڑ جاتے ہیں۔ پھر وہ کہیں کے نہیں رہتے۔ اکثر ہنپٹوٹزم و مسمریزم والے اپنے معمول سے بغیر جانے ہوئے پرتیاہار کرا کے بہت سی باتیں دریافت کرتے ہیں تم کبھی ایسے آدمیوں کے پھندوں میں نہ آنا۔ نہ کسی کی بات پر یوں ہی وشواس کرو۔ اس معاملہ میں بال کی کھال نکالنے کی کوشش بیفائدہ نہیں ہوتی جس قدر تم شغل سے پہلے یوگ کے متعلق اپنے معلومات وسیع کر لو گے اسی قدر تم کو عمل میں مفید ثابت ہو گا۔ لیکن اس کے معنے یہ کبھی نہ سمجھو کہ یوگ کے مضمون پر بحث مباحثہ کرنے لگو۔ یہ بحث مباحثہ کا فلسفہ نہیں ہے۔ یہ عمل و شغل کا کام ہے۔ پہلے ایک بات کو سمجھ لو پھر اس کے حق الیقین کرنے کی کوشش کرو۔ بحث مباحثہ میں پڑ کر پھر کہیں کے نہ رہو گے۔ اور عمل کرنا بھی سخت دشوار ہو جائیگا

پرتیاہار اور دھارنا قریب قریب ایک ہی مضمون ہیں۔ مگر ہم نے زیادہ وضاحت کی غرض سے ان کو علیحدہ علیحدہ بیان کرنا مصلحت سمجھا۔ ہمارے پڑھنے والوں کو پرتیاہار کے متعلق صرف اتنا خیال ذہن نشین کر لینا چاہئیے۔ کہ چت کی ورتی کو اپنے دماغ کے اندر ایک خاص مرکز پر قائم رکھتے ہوئے بار بار اسی کی طرف رجوع رکھنا اور اس طرح سے اس میں رکنے کی کوشش کرتے رہنا کہ وہ باہر نہ جانے پاوے مرکز ہی پر قائم رہے۔ پرتیاہار کہلاتا ہے جب

یہ ورتی قائم ہو جاتی ہے تب اسی کا نام دھارنا ہے۔ اس کا ذکر آیندہ سبق میں آوے گا۔

نواں سبق

دھارنا

دل کی یکسوئی کا نام دھارنا ہے۔ جب چت کی ورتی ایکاگر ہو کر کسی ایک ستھان پر قائم ہو جائے تب اس کو دھارنا کہتے ہیں۔ پرتیاہار کے بعد دھارنا کا عمل شروع ہوتا ہے۔ ایک نقطہ پر توجہ کو جما کر من کی ورتیوں کو بار بار مجبور کر کے اسی کی طرف بار بار کھینچتے رہنا پرتیاہار ہے۔ جب یہ اس نقطہ پر جمنے لگیں۔ تب اسی کا نام دھارنا ہو جاتا ہے۔ یہ دونو عمل ساتھ ساتھ چلتے ہیں۔ پہلا دوسرے کا سادھن ہے۔ اس لئے ان میں اس قدر فرق نہیں رہتا۔

یہ دھارنا مختلف قسم کا بنایا گیا ہے اور اس کا سمجھ لینا بہت اچھا ہوتا ہے تاکہ یوگ کے شغل کی اصلیت ذہن نشین ہو جائے۔ اس پرتیاہار و دھارنا کا عمل جسم کے کسی حصہ پر کیا جا سکتا ہے اکثر لوگ آنکھ کو ناک کے سرے پر جماتے ہیں اور بار بار دل کو مجبور کرتے ہیں تاکہ وہ وہاں قائم ہو جائے۔ ابتدا میں کچھ تکلیف ہوتی ہے آنکھ

ہے آنسو نکلنے لگتے ہیں۔ مگر آہستہ آہستہ اسی نقطہ پر یکسوئی شروع ہوتی ہے۔ دوسرے لوگ، دونو ابرو کے درمیان جو جگہ ہے اس پر آنکھ کی پتلیوں کو تان دیتے ہیں۔ اس میں شروع میں کچھ دکھ ہوتا ہے۔ مگر پھر چِت یکسو ہونے لگتا ہے ان دونو عمل کو تروٹک بھی کہتے ہیں۔ تروٹک پرتیاہار۔ و دھارنا کا اچھا عمل ہے مگر یہ بالکل ضروری نہیں ہے کہ یہ عمل صرف ناک اور ابروؤں کے بیچ کے حصّہ پر کیا جائے۔ تم دل کے مقام پر یہ عمل کر سکتے ہو خواہ دماغ کے کسی حصّہ کو اس کے لئے مخصوص کر سکتے ہو۔ مگر جس وقت جسم کے کسی حصّہ کے اندر یہ عمل کیا جائے۔ وہاں روشنی کا تصوّر باندھنا ضروری ہے یہ خیال کرو۔ کہ وہاں ایک طرح کی روشنی نظر آ رہی ہے خواہ وہ روشنی سے معمور ہے۔ چند دنوں کے عمل میں روشنی خود دکھائی دینے لگے گی۔ یہ عمل سوشمنا ناڑی کے کسی حصّہ میں بھی کیا جا سکتا ہے ناف سے لے کر دماغ تک کوئی جگہ۔ کوئی مرکز۔ کوئی چکر مخصوص کر لو سب سے یکساں فائدہ ہوگا۔

پرتیاہار و دھارنا ایک دن کا سادھن نہیں ہے ایسے لوگ واقعی دیکھنے میں آئے ہیں۔ جن کو ایک ہی دن میں دھارنا شکتی آگئی۔ مگر ان لوگوں نے پہلے جنم میں کچھ کمائی کی تھی۔ بعض بعض بچوں پر محض خیال دلا کر دھارنا شکتی پیدا کی جا سکتی ہے مثلاً اس کے ہاتھ میں ایک سیاہ نقطہ پر بنا کر اس سے کہو۔ نقطہ پر نگاہ جما لے۔ چند منٹ کے بعد جو کچھ تم کہو گے۔ اس کو اسی نقطہ نگاہ میں نظر آنے لگے گا۔ مگر یہ عمل نامناسب ہے۔ خیال رکھو نہ تم کبھی اس کے پھیر میں پڑو

نہ کسی بچہ کو تماشہ دیکھنے دکھانے کے لئے مجبور کرو۔ اس سے نقصان ہوتا ہے یوگ کی سفلی طاقتیں بُرے بھلے دونوں میں ہوتی ہیں۔ اگر کوئی شخص بُرے آدمی کا سنسکار لے کر دھارنا شکتی پیدا کرنے کا یتن کرے گا۔ تو سخت نقصان اُٹھائے گا۔ اکثر دھوکا دینوالے روپیہ کے لالچی گورو اپنے بھولے بھالے شاگردوں کو چالیس دن تک ایک حجرہ میں بیٹھ کر خاص قسم کے سادھن کرا کر دھارنا کی شکتی پیدا کراتے ہیں۔ اور پھر اس کو کہنے کے بموجب اکثر صورتیں نظر بھی آنے لگتی ہیں ان سے نقصان ہوتا ہے کیونکہ گورو لالچی۔ یوگ کی اصلیت سے ناواقف محض تماشا کرتے ہیں۔ اور نادان شاگرد کو ایک حد تک برائے نام کامیابی حاصل ہو جائے۔ مگر اس کی نقطہ نگاہ سے بالکل گرا ہوا سمجھا جا سکتا ہے یہ باتیں بہت آدمیوں میں ملیں گی۔ مگر جو ان کا تماشا کرتے ہیں۔ وہ سفلہ مزاج ہوتے ہیں۔ یوگ ان کے لئے نہیں ہے اسی وجہ سے جب تک کہ انسان یم نیم کا سادھن کر کے خوش اخلاق نہ بن جائے۔ تب تک اس کو یوگ کی تعلیم کبھی نہ دینی چاہیئے۔ جس زمانہ میں میں ہیڈ ماسٹر تھا۔ ایک شخص رام پرشاد نامی جو ٹھاکر کمپنی مشہور رنگساز کارخانہ کے حصہ دار تھے۔ کٹوڑا چلانے کا عمل کرتے تھے وہ شعبدہ بھی پرتیاہار اور دھارنا کی ایک دوسری مثال ہے کچھ عرصہ تک چت کی ورتی کو ایک کٹورے پر جمانا شروع کیا۔ جب چت وہاں ٹھیرنے لگا۔ کٹورا کو چلنے کا حکم دیا گیا۔ اور وہ چل کھڑا ہوا۔ اس میں ایک حد تک ان کو کامیابی ہو گئی تھی۔ اس بات کو تم غلط نہ سمجھو۔ چت کی طاقتیں کرامات کرتی ہیں۔ جو شخص دل یکسو کر لیتا ہے اس میں خاص طرح کی قابلیت و طاقت آجاتی

ہے۔ اور وہ اس سے بہت کچھ کام لے سکتا ہے۔ مگر یہ یوگیوں کے کرتب نہیں ہیں۔ ان میں خطرات ہیں اور روح کے نیچے گر جانے کا خوف رہتا ہے اس لئے جو لوگ یوگ کے عامل بننا چاہیں۔ سب سے پہلے وہ نیک بننے کی کوشش کریں۔ تب سادھن شروع کریں ورنہ یوگ کا جو مقصد ہے وہ کھیل تماشہ کے نذر ہو رہے گا۔ اور کوئی نتیجہ نہ ہوگا۔ ایسے ہی لوگ یوگ کے بدنام کرنے والے ہوتے ہیں۔

جو دھارنا کا عمل کریں۔ وہ کبھی مختلف قسم کے آدمیوں سے نہ ملیں۔ ہمیشہ ایکانت میں رہیں۔ سوسائٹی کے جھگڑے سے بچتے رہیں۔ کیونکہ جو سبھا اور سوسائیٹیوں کے ممبر ہیں اور ان کے معاملات میں دلچسپی لیا کرتے ہیں وہ نہ تو اس کے قابل ہیں اور نہ ان سے یوگ کے تکمیل کی امید ہو سکتی ہے زیادہ بات چیت کرنا خواہ زیادہ کام کرنا بھی منع ہے۔ جس نے دن بھر خوب محنت سے کام کیا ہے وہ کسی حالت میں چت کی ورتی کو نہیں روک سکتا۔ اس میں دھارنا ٹھکنی نہیں آ سکتی۔ یہ قابلیت اس کے لئے مخصوص ہے۔ جو سوا اپنے ایک مقصد کے باقی کسی طرف دھیان نہیں دیتا۔ ایسا آدمی اگر وہ تھوڑا بھی کام کرے گا۔ تو نتیجہ سے خالی نہ رہے گا۔ اور اس کا چت دھارنا کے قابل بننے لگے گا۔

ہم پھر یہاں دوبارہ زور دے کر تم کو سمجھاتے ہیں کہ یوگ کا شغل صرف پرتیاہار اور دھارنا سے شروع ہوتا ہے اگر تم اخلاقی طور پر اچھے نہیں ہو تو یوگ بالکل نہ کرو۔ اگر تمہارا شاگرد اپنی اخلاقی تکمیل نہیں کر چکا ہے تو اس کو کبھی نہ سکھاؤ۔ ورنہ وہ دنیا کے لئے خطرناک

ثابت ہوگا۔ یوگ کے ان درجوں میں راکشس بھی فتحیاب ہوسکیں گے اور انہوں نے اس سے دنیاوی مفاد حاصل کر کے دشمنوں کی فوج کو تتر بتر کر دیا ہے۔ تانترک طریقہ والے بھی مختلف طور پر دھارنا شکتی پیدا کرنے کی کوشش کیا کرتے تھے۔ ان کو کامیابی بھی ہوتی تھی مگر چونکہ وہ ناسمک ہوتے تھے۔ اس سے بغض و دشمنی کا بدلہ لیا کرتے تھے۔ مارن۔ اچاٹن۔ موٹھ۔ چلانا یہ سب اس سے ہوسکتا تھا۔ ان سے سوسائٹی کا نقصان ہونے لگا۔ اور پھر ان کا علم ان سے چھین لیا گیا۔ کہا جاتا ہے۔ شیوجی نے تمام منتروں کو کیل دیا ہے۔ اس کا مطلب صرف یہی ہے۔ کہ سفلی طبیعتوں کا میلان باہر کی طرف دیکھ کر شیوجی مہاراج یا کسی دوسرے آچاریہ نے عام طور پر یوگ کی تعلیم بند کردی۔ اب تک ان خیال کی تعظیم کی جارہی ہے۔ ہم بلا تکلف تم کو صاف صاف ہر ایک بات بتا رہے ہیں۔ اس پر غور کرنا چاہئیے یوگ دنیا پرستوں کے لئے کبھی نہیں ہے۔ یوگ تماشائی شعبدہ بازوں کے لئے کبھی نہیں ہے۔ یوگ سفلہ مزاج اور دوں ہمت شخصوں کیلئے کبھی نہیں ہے کیونکہ ممکن ہے ایک حد تک یہ ترقی بھی کر جائیں۔ مگر چونکہ فوراً اس کا برا استعمال کرنے لگیں گے۔ منہ کے بل گر پڑیں گے۔ ذلیل ہوں گے۔ راکشس اور پشاچ بنیں گے۔ خود برباد ہوں گے۔ دوسروں کو برباد کریں گے۔ ایسے مارے جائیں گے کہ پھر مشکل سے زندگی کے محل میں باریابی کا موقع پائیں گے۔ ایسے گر جائیں گے۔ کہ پھر اٹھنا محال ہوگا۔ یوگ صرف روحانی جذبہ والوں کے لئے ہے تاکہ وہ روحانیت کو مساکشات کار کریں اور دنیا کے لئے خیر و برکت کا

باعث بنیں۔ نہ سدھی شکتی کے خواہشمند رہیں۔ نہ تماشا دکھانے کا خیال رکھیں۔ حد درجہ کی شردھا رکھنے والے۔ سچّے آستک۔ شانت چت ایسے لوگوں کے نفسِ کش۔ گورو کی بات میں حد درجہ کے لئے یوگ ہے۔ اگر اس قسم کے شاگرد نہ ملیں کبھی بھول کر بھی تعلیم نہ دینی چاہئے۔ ان سے کہو۔ جاؤ پانچ برس کا برہمچریہ کرکے

تب آؤ۔ اور جب ان میں روحانی بھرونانہ نظر آنے لگے۔ تب آہستہ آہستہ تعلیم شروع کرو۔ ورنہ سخت نقصان ہوگا۔ یوگ کا طریق اسی وجہ سے بدنام ہے کہ اس کے ابتدائی مرحلے طے کرکے ان ادھکاریوں نے اس کو مداری کا کرتب بنانا چاہا۔ اور بنا ہی دیا۔ اور لوگ یوگ کو مذاق تمسخر اور شعبدہ سمجھنے لگے۔ اچھا وہ اس کو اسی طرح سمجھیں۔ کیونکہ ان کے اس طرح سمجھنے سے پاکھنڈیوں دمکاروں کو۔ بھولے بھالے آدمیوں کے لوٹنے کا موقع ہاتھ نہ آئے گا۔ مگر اس سے یہ کبھی تم نتیجہ نہ نکالو کہ یوگ غلط ہے کبھی نہیں۔ یوگ صحیح ہے۔ ساری طاقت یکسوئی میں ہے ساری طاقت یکسوئی سے حاصل ہوتی ہے۔ آتم گیان کی سمجھ رکھنے والے کبھی یوگ کو غلط نہیں سمجھ سکتے۔

مگر اب سوال ہے کہ دھارنا کرنے والوں میں ظاہرا کیا اوصاف پیدا ہوتے ہیں؟ کن باتوں سے سمجھ لیا جائے کہ وہ ترقی کر رہے ہیں اس کا جواب آسان بھی ہے۔ اور مشکل بھی ہے۔ تم خود سمجھ لو کہ بغیر دھارنا شکتی کے دنیا کا کوئی کام تک نہیں ہو سکتا۔ نہ کسی قدر ہر شخص میں دھارنا شکتی ہوتی ہے ایک لیکچرار کھڑا ہوکر اسی شکتی سے اپنے سامعین کو تصویر حیرت بنا دیتا ہے۔ اس کا جادو اس طرح کام کر جاتا ہے کہ سب صم و بکم ہوکر اس کے زیر اثر آ جاتے ہیں۔ یہ

لیکچرار خود جانتا نہیں کہ اس کی روح کس مرکز پر قائم ہو کر وہاں سے
خیالات اور الفاظ کی دھاروں کو نکال کر باہر کی طرف اُبلح رہی ہے،
مگر اس وقت اس کی روح ایک جگہ قائم رہتی ہے۔ ہم اس کو جانتے ہیں
مگر وہ نہیں جانتے۔ اور ان کا نہ جاننا اچھا بھی ہے کون جانے وہ اور
زیادہ تماشائی بن جاتے۔ یہی کیفیت زندگی کے تمام ڈیپارٹمنٹ
میں کامیاب آدمیوں کی حالت ہے۔ سب اصلیت کو نہ جانتے
ہوئے کام کر رہے ہیں بغیر دھارنا کے کچھ کام بھی نہیں ہو سکتا۔ نیچر
کے ہر قسم کے کاروبار میں ہم کو دھارنا کا تماشہ نظر آ رہا ہے۔ طاقتوں
کی یکسوئی کا نام دھارنا ہے۔ سورج میں حرارت زندگی اور پرکاش
اکٹھا ہو کر بھنڈار بن گئیں۔ اور وہاں سے پھر ان کی تقسیم شروع ہوئی
سرشٹی میں ہر جگہ یہ قانون تم کو نظر آوے گا۔ پہلے حوض و مخزن بنتا ہے
پھر اس سے تقسیم شروع ہوتی ہے۔ تمہارے جسم میں بھی ہر جگہ رگ و
ریشوں میں یہی قانون کام کر رہا ہے۔ جہاں منڈل بنا ہے وہاں ہی
بھنڈار ہے۔ اسی کا نام یوگ کی اصطلاحات میں چکر یا کنول ہے۔
باہری اور اندرونی دُنیا کا نقشہ ایک سا ہے۔ پنڈے سو برہمانڈے۔
ہر ایک چکر۔ ہر ایک کنول۔ ہر ایک منڈل اور ہر ایک نظام شمسی
کی ایک سی کیفیت ہے۔ پہلے حوض بنا۔ طاقت اکٹھی ہوئی۔ پھر اس
سے نالیاں یا نہریں جاری ہوئیں۔ یوگ میں نہروں کی اصطلاح کا
اظہار کنول کی پنکھڑیوں سے کیا جاتا ہے ان سب منڈلوں میں تین
باتیں ہوتی ہیں۔ منڈل۔ روپ اور دھنی۔ باہر کی رچنا میں جل کا
منڈل۔ وایو کا منڈل۔ اگنی کا منڈل وغیرہ ہزاروں کی تعداد میں

موجود ہیں۔ جل کا قدرت کے ایک قسم کے پرمانوؤں (ذرات) کا ذخیرہ ہے اس کا روپ سفید ہے۔ جو طاقت ان کو باقاعدہ رکھتی ہے۔ اور تقسیم کیا کرتی ہے اس کا نام "ورن" ہے اسی طرح وایو۔ اگنی۔ پرتھوی وغیرہ کا حال ہے اس کی زیادہ صراحت فضول ہے۔ کیونکہ لفظوں کے سلسلہ میں۔ پھر یوگ کے زبانی فلسفہ بن جانے کا خوف رہتا ہے یوگ میں فلسفہ کی تعلیم صرف بڑے نام اور اشاروں میں بیان کی جاتی ہے کبیر صاحب کی زبانی ہے۔

سین بین کو بوجھتا۔ تا سوں کہئے دھائے
سین بین بوجھے نہیں تا سوں کہے بلائے

یہ تو سمجھ میں آ گیا کہ ظاہری دنیا میں دھارنا ملکصہ چیز ہے۔ مگر یہ کبھی بھول کر بھی نہ سمجھو کہ یہ سب کچھ ہے دھارنا تو لکچرار میں بھی ہے مگر یہ یوگ کی دھارنا نہیں ہے دھارنا تو موجد و صاحب ایجاد میں بھی ہے۔ مگر یہ یوگ کی دھارنا نہیں ہے کیونکہ لیکچرار کے رگ و ریشہ میں حرارت۔ اشانتی اور چڑچڑاپن کا مادہ رہتا ہے۔ یوگ کی دھارنا میں شانتی۔ ٹھنڈک اور برہم کا جوہر موجود ہوتا ہے اصول بیشک ایک ہے۔ مگر طبقات جداگانہ ہیں جن میں دھارنا آنے لگتی ہے۔ ان کے رگ و ریشوں میں اضطراب چنچلتا اور گھبراہٹ نہیں رہتی۔ جس میں ذرا بھی ایسی دھارنا ہے اس کے ذرا توجہ کر دینے سے لوگوں کو بہت فائدہ ہو جاتا ہے ضرورت نہیں ہے کہ وہ زیادہ بات کرے۔ اپدیش کرے۔ ایسے آدمی کا ایک لفظ کافی ہے وہ بااثر ہوگا جنہوں نے کبھی رائے سالگ رام صاحب بہادر کا درشن کیا ہوگا

وہ جانتے ہوں گے کہ وہ بہت کم تقریر کیا کرتے تھے مگر ان کی تقریر میں غضب کا اثر ہوا کرتا تھا۔ ایسی تقریر سے کسی کا بھی نقصان نہیں ہو سکتا۔ دھارنا والے بالطبع نیک و دھرماتما ہوتے ہیں۔ سب سے پہلا وصف دھارنا کا یہ ہے کہ مزاج کی جھنجلاہٹ دور ہو جاتی ہے دماغ و دل صاف ہو جاتا ہے۔ عقل لطیف بن جاتی ہے۔ اوروں کی نسبت وہ ہر بات کو جلد اور بہت آسانی سے سمجھ جاتا ہے تندرستی میں خاص قسم کی لطافت کی طاقت آ جاتی ہے۔ آواز میٹھی سُریلی اور خوبصورت ہو جاتی ہے۔ جہاں اس کے چت کی ورتی یکسو ہوئی۔ گھنٹے کی خوبصورت و دلکش آواز سنائی دے گی۔ روشنی پہلے کم دکھائی دے گی۔ مگر وہ روز بروز بڑھتی جائے گی۔ ہم اس سے زیادہ کہنا نہیں چاہتے جب یہ علامات پیدا ہونے لگیں تب سمجھتے جاؤ۔ کہ اب دھارنا کی طاقت آنے لگی۔ اور اب تم بہت جلد ترقی کر سکو گے۔ یاد رکھو یوگ کے شاغل کو مخالف اثرات سے بچ کر رہنا چاہئے۔ جن کے عقیدے ہم سے نہیں ملتے ہیں ان کی صحبت مضر ثابت ہو گی۔ جب تم پرتیاہار کرنے لگو۔ سختی و محنت کے ساتھ ابھیاس کرو۔ تاکہ جھٹ پٹ دھارنا پیدا ہو۔ دھارنا تم کو پرچے دے گی۔ دھارنا کے پرچے کے بغیر مضبوطی نہیں آتی۔ کھانا کم کھاؤ۔ اگر بہت جلد ترقی منظور ہے تو صرف دودھ پر گزران کرو۔ یا بہت لطیف نباتاتی غذا کا سادھن ہو۔ جو آہستہ آہستہ کام کرنا چاہتے ہیں ان کے لئے اس قدر احتیاط ضروری نہیں ہے مگر ہاں ان کو

بھی پیٹ بھر کر کھانے کی اجازت نہیں۔ صرف اعتدال پسندی چاہیئے
تم نے سُنا ہو گا۔ انسان کا دل و دماغ اس کی غذا سے بنتا
ہے۔ جیسی تم غذا کھاؤ گے ویسے ہی تم میں جذبات پیدا ہوں گے
اس کے سوا تلی ہوئی وقت کی پابندی کے ساتھ غذا کا کھانا
لازمی ہے غذا اگر لطیف ہے تو دل و دماغ بھی لطیف ہوتے
جائیں گے اور اسی طرح لطافت کی سمجھ بوجھ بھی آتی جائیگی
یہ قید ابتداہی میں ہوتی ہے۔ جہاں انسان نے ترقی کرلی۔ پھر
وہ کثیف سے کثیف غذا کو محض اپنے خیال سے لطیف بنا
لیتا ہے پھر اس پر اتنا اثر نہیں ہوتا۔

دھارنا کرنے والے کی اندریاں بڑی لطیف ہو جاتی ہیں۔
یہاں تک کہ اگر سوئی گر پڑے تو اس کی بھی آواز اس کو زور کے
ساتھ سنائی دے گی۔ یہ حالت بہت بڑھ جاتی ہے اس لئے اس
کے لئے ایکانت میں سادھن کرنے کا حکم ہے تاکہ خلل واقعہ
ہونے کا خوف نہ رہے دھارنا کرنے والا سوا یوگ کے دوسری
کتاب نہ پڑھے۔ سوا یوگ کے بات چیت بھی کم کرے۔ اس
کو بات چیت سے فائدہ ہی کیا ہے؟ اس کا مقصد بال کی
کھال نکالنا نہیں ہے اس کو تو اپنی روحانی ترقی کا خیال ہے
یہ سب سے پہلے ذہن نشین کرلینا چاہیئے۔ کہ اس کو صرف
ساتوک بھاؤ سے غرض ہے۔ بحث مباحثہ۔ شاستر ارتھ۔
سدھانت کی گفتگو۔ یہ باہر مکھی آدمیوں کے لئے ہیں۔ ان
سب کے جذبات تامسک اور راجسک ہوتے ہیں۔ یوگی اپنے

گورو سے صرف ایک خیال کو لے کر اس کو عملی جامہ پہنانا رہے اور بغیر کسی سے کہے سُنے اپنے اندر اس کے نتیجے کو دیکھتا جائے کہنے سُننے سے اندرونی طاقت جاتی رہتی ہے۔ اور کامیابی سے دُوری ہو جاتی ہے اس لئے اس بات کو بھی سخت ممانعت ہے یوگی کا مذہب انتر مکھی سادھن ہے اس کو باہر مکھی باتوں سے کم تعلق ہونا چاہئے۔ دوسرے بات چیت میں تفریح تلاش کرتے ہیں۔ اس کی تفریح اس کے انتر میں ہوتی ہے دوسرے کا مذہب سیر و تماشا اور دکھاوے کا ہے اس کا مذہب اپنے اندر آتم شکتی کے ابھارنے کا ہے اوروں کو اختیار ہے خوب شاستر ارتھ کر کے ساری عمر اسی میں گزار دیں۔ مگر یوگی کو ہدایت کی جاتی ہے۔ کہ انتری سادھن سے تم اس قسم کی قوت ارادی کو حاصل کرو۔ جو نیچر کو اپنے راز بتانے کے لئے مجبور کر سکے۔ اور اس کا سادھن صرف انتر میں ہو سکتا ہے۔ اسی قوت ارادی کا نام "دھارنا" ہے جس میں دھارنا ہے وہ کیا نہیں کر سکتا؟ سب کچھ کر سکتا ہے۔ اس کی قوت ارادی ناممکنات کو ممکن کر دکھلاتی ہے۔ جدھر اس نے توجہ کے رُخ کو مائل کر دیا۔ اسی طرف کامیابی ہی کامیابی کے نظارے نظر آئیں گے۔ اس لئے یوگی کو صرف ایک خیال گورو سے لے کر کام کرنا چاہئے۔ اِدھر اُدھر بھٹکنے کی ضرورت نہیں۔ کام اس کو کرنا ہے۔ دوسرے کو نہیں۔ اس کو اپنے آتم بل کو ترقی دینا ہے۔ دوسرے کو نہیں۔ اس لئے سب سے کنارہ کش ہو کر وہ دھارنا کے حاصل کرنے میں مصروف ہو۔ استقلال کو ہاتھ سے نہ دے

ثابت قدم بنا رہے۔ راسخ الاعتقادی کے رنگ میں رنگا رہے۔ اور چند ہی روز کے ابھیاس میں وہ اپنے اندر خاص قسم کی حالتیں محسوس کرے گا اور وہ مذہب دینداری۔ فلسفہ کے اسرار کو کسی دن ان سے کہیں زیادہ سمجھ لے گا۔ جو واچک گیانی کہلاتے ہیں اور سُنی سُنائی باتوں پر لڑتے جھگڑتے ہیں۔ وہ سب بکواس کرتے رہیں گے۔ یوگی کی قسمت میں ساکشات کار کرنا لکھا ہُوا ہے۔ مگر یاد رہے ابھی کئی منزلیں طے کرنی ہیں۔

مبارک ہیں وہ لوگ جو اس طرح یوگ کا سادھن کرتے ہیں۔

دسواں سبق

دھیان

دھیان یوگ میں نہایت ہی اعلےٰ چیز ہے۔ اصل میں یوگ اسی سے ہوتا ہے۔ پرتیاہار اور دھارنا جن کا پہلے ذکر آچکا ہے۔ اس کے دو ضروری ابتدائی پہلو ہیں۔ وہ گویا اس کے رنگ ہیں اور اس سے علیحدہ نہیں ہیں ہم نے پہلے بیان کر دیا ہے کہ چیت کی ورتیوں کو بار بار ایک خاص مرکز کی جانب رجوع کرنے کی کوشش پرتیاہار ہے۔ ان کا اس مرکز پر قائم ہونا دھارنا ہے اور جب اس میں گھناپن

آجاتا ہے اسی کو دھیان کہتے ہیں۔ دھیان کا وصف صرف انسان ہی میں نہیں ہے۔ بلکہ ہر چیز میں ہے۔ حیوان بھی اس سے خالی نہیں۔ فرق صرف اتنا ہے کہ ابھی تک اس میں اس کے نشوونما کا پورا پورا موقع نہیں ملا۔ یاد رکھو۔ جہاں بُدھی ہوئی وہاں دھیان ضرور ہوگا۔ بُدھی سے کوئی شے خالی نہیں ہے یہاں تک کہ مٹی پانی دھات وغیرہ۔ سب میں من۔ بُدھی اور اہنکار ہے اور سب کسی نہ کسی پیرایہ میں اس کا اظہار کرتے ہیں انسان میں اس کی زیادتی ہے۔ یہاں آکر فرویت اور شخصیت قائم ہو جانے کی وجہ سے اس میں زیادہ احساس کی حالت پیدا ہو جاتی ہے یوگیوں میں یہ وصف سب سے زیادہ ہوتا ہے۔ کیونکہ ان کو باقاعدہ تعلیم کے مدارج سے گزرنا پڑتا ہے۔

اگر تم کسی دھات کے ٹکڑے کو لکڑی سے مار دو تو اس میں بھی من اہنکار و بُدھی کی موجودگی کی وجہ سے جوش کی حالت پیدا ہوگی تم کو ممکن ہے خبر نہ ہو۔ مگر جس طرح ایک لفظ کے سُننے سے تمہارے تمام جسم میں اور جسم کے ذرات میں حرکت پیدا ہوتی ہے۔ ویسے ہی ان دھات کی اشیاء کا حال ہے مگر ان میں چونکہ فرویت کا وصف اس طرح کا نہیں ہے۔ جو شخصی علیحدگی کو محسوس کرا سکے اس لئے ان کی حالت ہماری حالت سے مختلف ہے درختوں میں یہ شخصیت کچھ قابل حس صورت اختیار کر لیتی ہے۔ اس لئے ان کے ساتھ موافق و ناموافق سلوک کرنے سے ان کی خوشی ناخوشی کا پتہ لگ سکتا ہے جانوروں میں درختوں سے زیادہ ہے

بعض بعض درخت تو اس قسم کے ہیں جو حیوانیت کے درجہ کے قریب ہیں۔ حیوان نہ صرف سلوک کئے جانے پر خوشی و ناخوشی کا ہی اظہار کرتے ہیں بلکہ وہ کچھ اور آگے بڑھ کر بدلہ لینے اور بدلہ دینے کے فکر میں پڑ جاتے ہیں۔

دُنیا میں ان سب کا کام کچھ عجیب طور پر ہوتا ہے اور وہ قابلِ غور ہے۔ چونکہ ہماری تمیز کی طاقت صرف ہمارے جسم تک ہی محدود ہے۔ اس لئے ہم کو صرف اپنے ہی جسم کے تجربات پر اکتفا و قناعت کرنی پڑتی ہے اور ہونا بھی ایسا ہی چاہئے۔ تم اپنی ہی نسبت غور کرو۔ فرض کرو تم کسی کام میں مصروف ہو۔ اور ایک جانور نے تمہارے جسم کے حصّہ کو ڈنس مار دیا۔ تم دیکھتے نہیں ہو۔ اور اس قدر اپنے خیال میں غرق ہو کہ اُدھر توجہ نہیں کرتے۔ مگر ہاتھ خود بخود اُٹھ گیا۔ اور اس نے اپنا کام کر لیا یا تو اس کو مار دیا یا زخمی جگہ کو مالش کر کے درد کو دور کر دیا۔ مگر تم کو مطلق علم نہیں ہؤا۔ وجہ یہ تھی۔ کہ وہاں جو من کام کر رہا تھا۔ وہ خاص قسم کا من تھا۔ جو ظاہرا اور نادانستہ کام کرنے کا عادی ہے۔ یہی من سرشٹی میں ہر جگہ ہر شے اور ہر چیز میں ہے اور عجیب طرح سے بناؤ۔ بگاڑ و ترمیم تنسیخ کے فرائض انجام دیتا رہتا ہے۔

ہم ان سبقوں کے سلسلہ میں تم کو من کی تین صورتوں کا نقشہ دکھا دیا ہے۔ لیکن یادداشت کے تازہ کرنے کے لئے پھر دوبارہ اعادہ کئے دیتے ہیں۔

من تین ہیں۔ ایک درمیانی۔ ایک سفلی اور ایک علوی۔ یاد رکھو یہ اصطلاحات من گھڑت ہیں ان کے لغوی معنی پر کبھی نہ جاؤ۔ صرف

مرادی اور اصطلاحی معنی کا خیال رکھو۔ ہم سب میں یہ تینوں من کام کرتے ہیں۔ میرے ہاتھ میں اس وقت قلم ہے۔ میں لکھ رہا ہوں۔ مجھ کو لکھنے کا علم ہے۔ اس قدر تو درمیانی من کا کام ہے باقی میرا ہاتھ خود بخود بلا دیکھے کے سُننے دوات سے سیاہی لاتا ہے یہ ادنےٰ من کا کام ہے اور خیالات جو خود بخود پیدا ہو رہے ہیں وہ اعلےٰ من سے آتے ہیں۔

ان کی مزید صراحت کے لیئے تم سمجھو۔ کھانا کھانے والے تم ہی ہو دانت چباتے ہیں۔ زبان متحرک ہو کر لقمہ کو گلے کے نیچے اتارتی ہے۔ اور ذائقہ بھی لیتی جاتی ہے۔ اس کی تم کو خبر ہے لیکن حلق کے نیچے اترنے کے بعد جو من کھانے کو تحلیل کرتا ہے۔ رس بناتا ہے رس کو جسم کے ہر حصّوں میں پہنچاتا ہے اس کی تم کو ذرا بھی خبر نہیں۔ حالانکہ ظلم کرنے والے تم ہی ہو۔ یہاں تم نے من کی دو صورتیں دیکھ لیں۔ یہ سفلی من ہر جگہ و ہر شے میں ہے۔ جس طرح تمہارے جسم میں اس کے کام کرنے کا رقبہ بہت وسیع ہے ویسے ہی خلقت میں وہ ہر جگہ رہ کر کام کر رہا ہے درمیانی من۔ اہنکار اور بُدھی کو رکھتے ہوئے بھی۔ معدنیات۔ نباتات وغیرہ میں یہ شخصیت محسوس حالت نہیں اختیار کرتی۔ وہ کبھی بھول کر بھی نہیں جانتے کہ ہم دنیا سے ملے ہیں یا علیحدہ ہیں۔ مگر انسان کو یہ سمجھ بوجھ ہے اور یہی سمجھ بوجھ اس کے دکھ کا کارن ہے۔

ممکن ہے تم کہو کہ اس سے تو وہی اچھے ہیں اور اس میں کوئی شک نہیں۔ اگر ان کی حالت اگیان کی ہے اور اس لیئے ناپسندیدہ ہے

انسان کو ترقی دے کر من کی تیسری حالت میں پہنچا دیتا ہے۔ جس سے گیان کا امکان ہوتا ہے۔ اس لئے اس کو یوگ کہا جاتا ہے۔ گوسائیں تلسی داس جی نے ایک موقع پر لکھا ہے

سب سے بھلے ہیں موڑھ۔ جنہیں نہ دیاپی جگت گمت

من کے اونچے طبقہ میں رہنے والوں کو دکھ نہیں ہوتا۔ دکھ تو وہاں ہوتا ہے۔ جہاں علیحدگی۔ جدائی۔ انفصال و دُوری ہوتی ہے۔ نیچے و اونچے دو نو طبقات والوں کو دکھ نہیں ہوتا۔ کیونکہ دونوں میں علیحدگی و دُوری کا خیال نہیں ہے۔ دکھ۔ فکر و تردّد صرف وہاں ہوتا ہے جہاں درمیانی من پیدا ہوتا ہے اور جُوں جُوں یہ درمیانی من پیدا ہوتا ہے اور جیوں جیوں یہ درمیانی شخصی علیحدگی کے خیال کو مضبوط کرتا جاوے گا اتنا ہی دکھی ہوگا۔ تم نے کبھی غور بھی کیا ہے کہ یہ دکھ کیوں ہوتا ہے؟ سبب یہ ہے کہ نیچر خود بخود زخم کا اندمال کرنے کی خواہشمند رہتی ہے ایک آدمی کو زخم لگ گیا۔ جسم کے گوشت کے حصے علیحدہ ہو گئے۔ درد و تکلیف پیدا ہو گئی۔ مگر نیچر خود بخود ان کے ملانے کی فکر میں رہتی ہے۔ اور جہاں وہ مل گئے۔ پھر دکھ نہیں رہتا۔ تم یہ نہ سمجھو کہ صحت جسمانی صرف ادویات کے استعمال سے حاصل ہوتی ہے۔ نہیں۔ دوا۔ و معالجہ صرف صحت کی مددگار ہیں۔ ورنہ اصلی شفا کا مادہ قدرتی طور پر خود تمہارے اندر ہے اگر دوا نہ بھی کی جائے۔ تو خون کی اصلی حالت پر رہنے سے آپ زخم اچھے ہو جاتے ہیں۔ بجنسہ یہی کیفیت ہمارے من کی ہے۔ اس جگت میں ہم ایک تھے۔ شخصیت پیدا ہوئی۔ دکھی ہو گئے۔ چونکہ

پہلے کسی اچھی حالت میں تھے۔ اس لئے وہ سنسکار خود بخود کریدنے لگا۔ اس شئے دور کرنے کا خیال آیا۔ اور گیان کی پراپتی کے ساتھ پھر وہی کیفیت حاصل ہو گئی۔ اس سے تم کو ذہن نشین ہونا چاہئے کہ انسان کا گیان حاصل کرکے وصال کی حالت میں جانا ضروری ہے۔ قدرت کے ایک ایک تنکے کو موکش کا استحقاق ہے" ہم پہلے موکش تھے بندھن میں آ گئے۔ پھر موکش میں جاتا ہے" یہ شروتی کا ہے۔ حرکت ہمیشہ دائرہ کی صورت میں ہوتی رہتی ہے۔ یہ کوئی شخص کبھی بھول کر بھی خیال نہ کرے کہ ہماری موکش نہ ہوگی؟ دائرہ کا بننا امر لازمی ہے۔

اس موکش کی حالت میں جانے کی ابتدا دھیان سے ہوتی ہے۔

یہ دھیان مختلف حالتوں میں مختلف طور پر کام کرتا ہے۔ ہم ایک لفظ سنتے ہیں اس پر وچار کرتے ہیں وچار کرتے ہوئے اس پر دڑھ ہو جاتے ہیں اور ساکشاتکار کر لیتے ہیں۔ اگر غور کرو گے تو یہاں بھی تم کو یوگ کے مدارج نظر آئیں گے۔ سننا کیا ہے؟ پرتیاہار ہے۔ ایک لفظ سن گیا بار بار اس کو وچارتے ہیں۔ غور کرنا اس بات کی دلیل ہے کہ اس کے دھارن کرنے کی خواہش ہے۔ یہ دھارنا ہے اور جب غور نے یکسوئی حاصل کر لی وہی دھیان کہلایا۔ بات ایک ہے۔ اصطلاحات مختلف ہیں۔ یہاں پر تیاہار دھارنا اور دھیان کہا گیا۔ وہاں۔ شرن۔ منن۔ اور ندھیاسن بتایا گیا۔ ابھی کو تم اگر چاہو تو شبد۔ ارتھ اور گیان بھی کہہ سکتے

ہو۔ یہاں جس کو سمادھی کا نام دیا۔ وہاں اس کو شاکت نرکار کہا گیا
ایک ہی بات ایک چیز اور ایک ہی مراد ہے صرف طبقات کا اختلاف
ہے۔

دھیان یوگ کی بہتر حالت کہی گئی ہے کیونکہ وہ باسنا سے
خالی ہوتی ہے۔ اس میں کسی چیز کی خواہش نہیں رہتی۔ اور اس
لئے آنند کی حالت بتائی گئی ہے۔ لیکن اس سے یہ نتیجہ کبھی نہ
اخذ کرنا چاہیئے۔ کہ دھیان بالکل باسنا سے آزاد کر دیتا ہے۔ یہیں
باسنا بیج روپ بن کر یہاں رہتی ہے۔ ابھی اس سے اور اونچے جانا
ہے۔ یہ جگت باسنا سے پیدا ہوتا ہے اور یہ باسنا ہی تین صورتیں
برتتا۔ وشئو اور دھیش کی اختیار کرتی ہے یہاں تک درجہ دیوتاؤں
کا ہے۔ حیوانوں کی خوشی اندریوں میں ہے انسان کی بُدھی میں
اور دیوتاؤں میں دھیان کی ہے۔ جو بُدھی کی حد ہے انسان ان
تین حالتوں میں افضل اور اشرف ہے کیونکہ سخفول باسنا سے
چھوٹ کر انسان کے من کا رُخ اونچے مرکز پر قائم ہو جاتا ہے اور
وہ سُکھی بن جاتا ہے

اب سوال یہ ہے کہ دھیان کس طرح کیا جائے ہم نے اس کا
ذکر پہلے سبقوں میں کر دیا ہے۔ سب سے پہلے سخفول چیز کا دھیان
ہونا چاہیئے۔ کیونکہ بغیر سخفول کی مدد کے سوکشم تک رسائی محال
ہے کسی نقطہ پر اپنے چت کی ورتی کو جماؤ۔ سمجھ لو۔ تم دونو ابروؤں
کے درمیان اس شغل کی ابتدا کرتے ہو۔ یہ نقطہ خود بخود تم کو لطیف
سے لطیف حالت سے واصل کرے گا۔ اور جیوں جیوں یکسوئی آتی

جائے گی۔ تم کو خود بخود چت کی ورتیوں پر قابو ملتا جائے گا اور ایک وقت ایسا آوے گا کہ ان چت کی ورتیوں کو جسمی طبقہ میں آنے سے پہلے تم دیکھ سکو گے۔ اور ساتھ ہی جہاں سے ان کی پیدائش ہوتی ہے من کا وہ سخفان بھی تم سے چھپا نہ رہے گا دھیان کرتے وقت تم کو سدھی اور شکتیوں کے لالچ و خطرات پیش آویں گے۔ کیونکہ یاد رکھو انسان کو جو کچھ طاقتیں حاصل ہوتی ہیں وہ صرف چت کی یکسوئی کا نتیجہ ہیں یہ طاقتیں فرضی اور خیالی نہیں ہیں بلکہ اصلی ہیں۔ جن کو لوگ کرامات کہتے ہیں وہ صرف ان کی وجہ سے ہوتے ہیں اور یوگ کا سائنس کہتا ہے کہ جو کوئی دھیان کرے گا۔ اس کو یہ خود بخود ملیں گی۔ لیکن یوگی کا مقصد سدھی شکتی نہیں ہونا چاہیئے۔ جو ان میں پھنسا مارا گیا۔ جو ان سے بچ کر چلا وہ جپ تپ دھیان وغیرہ کے طبقات سے گزر کر ایسے مقام واصل ہوا۔ جہاں موت کا خطرہ نہیں ہے نہ جدائی نہ علیحدگی ہے نہ رنج ہے نہ دکھ ہے اور اس کو ہمیشہ کی زندگی حاصل ہوتی ہے کبیر صاحب فرماتے ہیں

جاپ مرے اجپا مرے ۔ انحد بھی مر جائے
سرت سمانی شبد میں تا ہی کال نہیں کھائے

گیارھواں سبق

سمادھی

سمادھی اشٹانگ یوگ کی آخری منزل ہے۔ اگر انسان دھیان کی حالت میں پہنچکر سدھی شکتی کی لپیٹ میں نہیں آیا۔ تو اس کو سمادھی کی حالت میں آنا نصیب ہوتا ہے۔ ورنہ وہ پھر نیچے کی طرف پھسل جاتا ہے اور دنیا کے جنجال میں پھنس جاتا ہے خوف تو سمادھی کے ابتدائی درجوں میں بھی رہتا ہے مگر یہاں تک پہونچے ہوئے یوگی میں سنبھلنے کی طاقت بہت کچھ آجاتی ہے۔

مگر سمادھی کیا ہے؟ اس کی واضح تصویر کھینچنا بہت مشکل ہے۔ نہ صرف سمجھانا مشکل ہے بلکہ سمجھنا مشکل ہے۔ یہ روح کی وہ حالت ہے جس میں اتصال محض ہے اور انفصال کا کھٹکا نہیں رہتا۔ یہ چینن کے پرکاش کی حالت ہے۔ خواہ اس کو چینن ورپرکاش کی حالت بھی کہو۔ تم کو یاد رکھنا چاہیئے۔ دکھ ہمیشہ علیحدگی میں ہے۔ اور علیحدگی دوری اور دوییت کا بھاؤ اس وقت ہوتا ہے جب انسان میں درمیانی من جس میں اہنکار و انانیت شخصی کا خیال سب پر غالب آجاتا ہے "میں ہوں"۔ "یہ میرا کام ہے"، "یہ میرا گھر ہے"، "یہ تیرا گھر ہے"، وغیرہ وغیرہ جہاں تم اس طرح کے الفاظ و اصطلاحات کا استعمال بکثرت دیکھو۔ سمجھ لو۔ یہاں اہنکار

خودی۔ خودبینی اور انانیت زور پر ہے۔ اور یہی بندھن کا اصلی کارن ہے
جہاں خودی و خودبینی ہوگی۔ وہاں محدودیت اور تنگی ہوگی۔ جہاں محدودیت
اور تنگخیالی ہوگی وہاں ہر طرح کی کمزوریاں ہونگی۔ کمزوریوں میں ہی
دُکھ ہے۔ اس حالت میں رہتا ہُوا انسان اس محیط کل طاقت کا
بالکل علم نہیں رکھتا جو اس کی ذات کے پس پشت ہے۔ اور
اس لئے وہ اپنی خیالی دُنیا خود بناتا رہتا ہے اور مصیبت میں گرفتار
رہتا ہے۔ یہ "میں" بہت بُری بلا ہے اسی میں سنسار ہے۔ یہی
بھوساگر ہے۔ جو اس "میں" کو پار کر گیا۔ پھر وہ سمادھی کی حالت میں
پہنچ گیا۔ کبیر صاحب مہاراج فرماتے ہیں۔

میں میں بری بلاے ہے سکو نہ نکسو بھاگ
کہیں کبیر کب لگ رہے روئی لپٹی آگ
مور تور کی جیوری بٹ باندھا سنسار
داس کبیرا کیوں بندھے جاکے نام ادھار

اس "مور تور" کی زنجیر کو پاش پاش کر دینا۔ اور اپنی انانیت شخصی
کو "کل" "یا تمام و کمال" میں داخل کر دینا سمادھی ہے اور یہی سمادھی
یوگ کا مقصد ہے۔ جب تک شخصیت ہے تب ہی تک دُکھ ہے
جہاں شخصیت کی جڑ کٹ گئی۔ پھر کچھ نہیں رہتا۔ مگر اگیانی پرش
جن کو آتما کی اصلیت کا علم نہیں ہے اس شخصیت کے ضائع ہونے
سے گھبراتے ہیں۔ وہ کہتے ہیں جب ہم نہ رہے تو پھر کیا رہا؟ سارا تماشا
تو شخصیت کا ہے۔ اس شخصیت کا دور ہونا ان کی سمجھ میں موت
اور فنا کی حالت ہے حالانکہ دُنیا میں کہیں بھی موت و فنا کی حالت

نہیں ہے۔ یہ صرف نسبتی لفظ ہیں اور تبدیلی کے خیال کے سمجھانے کے لئے گڑھے گئے ہیں۔

شخصیت کا کھونا ہی مذہب کا اعلےٰ مقصد ہے۔ مگر یہاں سمجھتا کون ہے؟ دویت وادی ناحق کو ادویت وادیوں کے ساتھ ہاتھا پائی کرنے کو تیار رہتے ہیں۔ حالانکہ دویت وادی بھی بغیر سمجھے ہوئے بغیر ذہن نشین کئے ہوئے اسی اصول کی تعلیم دے رہے ہیں۔ جو شخص یہ کہتا ہے کہ بے غرضانہ زندگی بسر کرو۔ وہ دوسرے لفظوں میں ہدایت کرتا ہے کہ اپنی شخصیت کو بھول جاؤ۔ جو یہ تعلیم دیتا ہے۔ کہ "ایشور کے پریم میں مگن ہو جاؤ" اس کا بھی مطلب یہی ہے کہ شخصیت کا خیال ذرا بھی نہ رہنے پاوے۔ شخصیت کا بھولنا ہی مذہب کا اصل اصول ہے اور یہ سچی وحدانیت اور سچی توحید کا مسئلہ ہے کہنے سننے میں لفظوں کے ہیر پھیر سے بحث مباحثہ ہوتے رہتے ہیں۔ لیکن اگر ہر شخص ہر مذہب کی تعلیم کے اصول کو اچھی طرح ذہن نشین کرلے تو اس کو حیرت معلوم ہوگی کہ سب میں ادویت واد کی چھپی ہوئی تعلیم موجود ہے سب سے زیادہ زور اس شخصیت کے کھو دینے کے متعلق گوتم بدھ نے دیا ہے اس کا مذہب نہایت لطیف ادویت واد کی طرف اشارہ کرتا ہے۔ جو لوگ گوتم بدھ کے شاگردوں کے ساتھ بحث مباحثہ میں لڑتے جھگڑتے رہے وہ صرف لفظوں کے گورکھ دھندے میں اٹکے رہے وہ بھول گئے کہ لفظوں میں موت ہے "معنی" میں زندگی ہے۔ اور اس لئے ہر شخص کو "شبد جال" کے پھندے سے چھوٹ کر اصلیت کی طرف نگاہ کرنی چاہئے۔ اصلیت کے مرکز پر آکر تمام

مذاہب آپس میں مل جاتے ہیں اور پھر تمیز نہیں رہتی۔ کبیر صاحب فرماتے ہیں۔

مل مل کھیلوں شبد سے انتر رہی نہ ریکھ
سمجھے کا مت ایک ہے کیا پنڈت کیا شیخ

جو اس طبقہ میں پہنچکر توحید کے اصل مطلب کو جان لیتا ہے۔ وہ رسیدہ۔ پہنچا ہوا اور واصل بہ حق سمجھا جاتا ہے

یہ ہم نے پہلے بھی عرض کیا ہے اور اب بھی عرض کئے دیتے ہیں کہ "میرا تیرا اپنا" یہ صرف من کی درمیانی حالت ہے اس حالت میں بھی جس کو ہم سمادھی کہتے ہیں پہنچانے کا ذریعہ من ہی ہے۔ من کے سوا اور کوئی نہیں ہے۔ جب من "میرے تیرے اپنے" یا انانیت شخصیت و فرویت کے درجہ کو طے کر گیا۔ تو وہ جس حالت میں پہنچا وہ سمادھی ہے یہ سمادھی گیان کی اوستھا ہے۔ یہ محویت۔ بیہوشی یا بیخودی کی حالت نہیں ہے شخصی علم سے اس کا درجہ بہت اونچا ہے اس کا سمجھنا بھی بہت مشکل ہے۔ کیونکہ جو شخصیت کے جھگڑوں میں پڑے ہوئے ہیں وہ لاکھ سر پٹکیں۔ مگر ان کی سمجھ میں یہ نہیں آتی۔

مگر لوگ سوال کریں گے کہ اس کا تمہارے پاس ثبوت کیا ہے۔ کہ سمادھی گیان کی حالت ہے ہم کہتے ہیں دنیا میں تم دو حالتوں کو دیکھتے ہو۔ ایک اندھکار اور دوسری پرکاش تم کو منصب کیا ہے۔ کہ اس کے آگے کی حالت سے انکار کرو۔ کیونکہ جیسے اندھکار میں کچھ نہیں دکھائی دیتا۔ یہاں تک کہ جب تک آنکھ روشنی کے برداشت کرنے کی خوگری یا عادی نہ ہو۔ وہ ذرا بھی کام نہیں کرتی۔ وہ صرف

پرکاش کی درمیانی حالت میں کام کرتی ہے۔ مگر پھر بھی تم سمجھ سکتے ہو کہ ایسی حالت کا ہونا ممکن ہے۔ کہ خوب گھنی روشنی ہو۔ یہ گھنی روشنی سمادھی ہے

اس کے سوا ہم اس بات کو اکثر دیکھتے بھی ہیں۔ کہ جس کو کبھی اتفاق سے کسی مہاتما کے کشف سے یا حد درجہ کے غور کرنے کیوجہ سے سمادھی کی حالت حاصل ہو گئی۔ تو وہ پہلے اگر نادان تھا۔ تو اعلےٰ درجہ کی باتیں کرنے لگتا ہے حالانکہ اس کی حالت سمادھی کے صرف ابتدائی درجہ ہیں تھی۔ بعض بعض انسان اپنے پہلے جنموں کے کرموں کی وجہ سے کبھی کبھی اس حالت میں چلے جاتے ہیں۔ جاہل اور نادان ماں باپ سمجھتے ہیں اس پر بھوت آسیب یا کسی دیوتا کا گزر ہوا ہے اور اس سے سوال کرنے لگتے ہیں۔ جس کا وہ صحیح جواب دیتا ہے۔ مگر یاد رہے یہاں بھوت پریت وغیرہ کوئی نہیں تھا۔ جنم جنم کی سدھی کی وجہ سے اس کو ایک قسم کی سمادھی لگ گئی تھی۔ اس میں وہ گیان کو دو بدو دیکھتا رہا۔ اور اپنی شخصیت کو بھول کر سچا سچا جواب دیتا رہا۔ جن پر الہام آتا ہے۔ وحی نازل ہوتی ہے۔ ان میں بھی یہی حالت ہوتی ہے۔ ان کا دل علوی طبقات پر پہنچکر اصلیت کا علم حاصل کر لیتا ہے۔ مگر چونکہ سوسائٹی کی موجودہ روش تعصب و باطل پرستی کے خیالات غلط عقائد اور فضول توہمات کا شمول رہتا ہے۔ اس لئے اس علم کی نسبت طرح طرح کی باتیں گھڑی جاتی ہیں نادان کہتے ہیں سمادھی سو جانے اور غفلت کی نیند میں

سرشار ہونے کا نام ہے یہ سخت غلطی ہے نیند میں جا کر آدمی بیوقوف کا بیوقوف بنا رہتا ہے مگر سمادھی میں جا کر وہ جو تھا۔ دانا اور عقلمند بن جاتا ہے۔

سمادھی گیان کی اوستھا کا نام ہے۔ جہاں فردیت کا جھوٹا علم جاتا رہتا ہے اور سچا گیان پراپت ہوتا ہے۔

یہاں اس قدر اور بھی بتا دینے کی ضرورت ہے کہ زیادہ غور کرنے والوں کو بھی اس قسم کی یکسوئی نصیب ہو سکتی ہے۔ جس میں وہ اپنے آپ کو بھول جاتے ہیں مگر ان میں اور یوگیوں میں زمین آسمان کا فرق ہے۔ ان کی یکسوئی اور محویت کو ہم اس وجہ سے سمادھی نہیں کہہ سکتے۔ کیونکہ ابھی تک یہ زیادہ مادہ کے طبقہ میں چکر لگا رہے ہیں اور اسی کے علم کی جانب ان کی توجہ مائل ہے۔ ان کا آئیڈیل اور ہے۔ یوگیوں کا اور ہے۔ یوگی آتما کو ساکشات کار کرنے کا خواہشمند رہتا ہے یہ پرکرتی کے خاص خاص معاملات کے سلجھانے کا خیال رکھتے ہیں۔ زیادہ کام کرنے والے آدمی صاحب ایجاد ہو سکتے ہیں۔ ان کی وجہ سے دنیا کی حالت میں تبدیلی آ سکتی ہے وہ نئے نئے ایجادات واختراعات سے دنیا کو فائدہ پہنچا سکتے ہیں۔ مگر وہ یوگی نہیں ہیں۔ کیونکہ ان کا اپنا آئیڈیل یہ کبھی نہیں رہا ہے۔ کہ وہ شخصیت کو بھول کر آتما میں لین ہوں۔ اور اس لئے وہ صرف مادی طبقہ میں دل کی یکسوئی کا منفاد حاصل کر رہے ہیں ان میں سمادھی کا مادہ ضرور موجود ہے۔ یکسوئی کا منفاد حاصل کر رہے ہیں اور محویت کے درجہ میں کبھی کبھی آ جاتے ہیں۔ اور یہ

مادہ ہر شے میں ہے۔ مگر تکمیل و تکسیب کا محتاج ہے۔
یہ یوگ کا سائنس اسی سمادھی کی حالت میں پہنچانے کا علم ہے۔

ابتدا سے لے کر آج تک جن لوگوں کو آتما کا گیان ہوا ہے۔ صرف اسی حالت کی وجہ سے ہوا ہے اخلاق۔ تہذیب۔ اصول دینداری۔ مذاہب۔ سب کی ابتدا سمادھی سے ہوئی ہے۔ یوگیوں کو سمادھی میں پرماتما کا گیان ہوا۔ انہوں نے دنیا کو اس کی تعلیم دی۔ یوگیوں کو اخلاق اور دھرم کے اصول کی جھلک سمادھی میں نظر آئی۔ اور انہوں نے دنیا کو اس سے فائدہ پہنچایا۔ کیونکہ اگر غور دیکھا جائے تو ایشور۔ برہم۔ روح۔ آتما۔ وغیرہ کی سمجھ انسان کو اس معمولی عقل سے جو درمیانی من سے مخصوص ہے کبھی نہیں آتی۔

اس سمادھی کی مختلف قسمیں ہیں۔ مگر چونکہ وہ مضمون صرف عالموں کے لئے ہے اس لئے مبتدی شاغل کو خواہ مخواہ لفظوں کے جنجال میں پھنسانا مقصود نہیں ہے یہاں تک ہم نے جو کچھ لکھا۔ اس کی غرض صرف اتنی ہی ہے کہ مبتدی اصلیت کو سمجھ کر دھوکا نہ کھائے۔ اور یوگ کے فلسفہ کے روح کو جذب کرتا ہوا اصل الاصول کی طرف نگاہ رکھے۔

جو یوگ کے شایق ہوں۔ ان کو سب سے پہلے بااخلاق اور سچا حق پرست ہونا چاہیئے۔ اگر یہ شرطیں پوری نہیں ہوتیں تو کسی کو یوگ سیکھنے یا سکھانے کا استحقاق ہے۔ یوگ آتمک

کے لیئے ہے ناستک کے لئے نہیں ہے جو یوگ دھرماتماؤں کے کلام کو پڑھتے سیکھتے ہیں اور مالک کی بھجن بندگی کرتے ہیں کسی کی دل آزاری من بچن۔ کرم سے نہیں کرتے۔ اور اپنے اندرونی جذبات کو بس میں کر کے اصلیت کا پتا لگانا چاہتے ہیں۔ یوگ صرف ان کے لیئے ہے۔

جس شخص میں اوپر کے اوصاف ہوں۔ وہ ایک کسی آسن پر بیٹھنے کی عادت سیکھے۔ غذا میں اعتدال اور لطافت کا خیال رکھے۔ پھر پرانایام کرے۔ پرانایام سے یہ مراد ہے کہ پران کے دھار کو روک کر جسم پر قابو حاصل کرے اس کے بعد اندریوں کے روکنے کے خیال سے پرتیاہار کے شغل کا ابھیاس ہو تاکہ قوت ارادی بڑھتی جائے اور اندریاں من کے آدھین وماتحت آتی جائیں جب یہ ہولے دھارنا کرے جو من پر قابو پانے کا عمل ہے یہ من اندریوں کے بس میں رہتا ہے۔ جدھر اندریاں لے جاتی ہیں اسی طرف یہ چلا جاتا ہے۔ پرتیاہار کے شغل سے جب قوت ارادی بڑھنے لگے گی من اپنے آپ کو مالک سمجھنے لگے گا۔ اور جب جس اندری کو چاہے گا اپنے بس میں کرے گا۔ جس من کو یہ اختیار حاصل ہو جائے۔ تو پھر آہستہ آہستہ وہ اس کو بس اپنا مطیع بنا لے۔ کیونکہ سارا کھیل اسی کا ہے۔ مگر یہ یاد رہے نیند یا سستی یا غفلت کی حالت نہ آنے پاوے۔ ورنہ کیا کرایا کام بگڑ جائے گا۔ جب من پر قابو مل گیا تو اس کو ایک جگہ مضبوطی سے گاڑ دیا یہی دھیان ہے اور جب دھیان میں گھناپن آنے لگی اسی کا نام سمادھی ہے جس کا وضاحت

کے ساتھ اس سبق میں بیان کیا گیا ہے
سانس کے روکنے کا شغل ذرا مشکل ہے جب تک پورا عامل نہ ملے کبھی بھول کر بھی نہ کرے۔ سُنی سنائی بات پر وشواس کر کے کام کرنا غلطی ہے پرانایام کے ساتھ جو یوگ کیا جاوے گا۔ اس کو کیا کہنا ہے۔ لیکن اگر یہ میسر نہ آئے تو یوگ کا ایک سہل طریقہ بھی ہے جس کو شرت شبد یوگ کہتے ہیں اس میں بھی اندرونی پرانوں کے بس میں کرنے کی تعلیم ہوتی ہے۔ اس کے سکھانیوالے بھی سچے مہاتما مل جاتے ہیں ان سے سیکھ کر شغل کرے۔ اگر طالب صادق ہے تو چند ہی روز میں اس کا ابھیاس بڑھنے لگے گا اور پرماتما کا پریم پیدا ہو کر وہ اپنا کام ایک نہ ایک دن بنا لے گا
ایشور آشیرباد دیں۔ ہم سب لوگ اس کے سچے پریمی بنیں اور اُٹھتے بیٹھتے سوتے جاگتے اُنہیں کے خیال سے متاثر رہیں۔

تصوف گیان علم معرفت کی بہترین کتابیں

از بابو شیو برت لال جی ورمن

کبیر یوگ] کبیر صاحب کی تعلیم کا ایک مکمل اور جامع گرنتھ ہے جس میں اُن کے قریباً تمام اُپدیش درج ہیں۔ علم عرفان۔ اصول اخلاق کی لاجواب پُستک ہے۔ روحانیت کے متلاشیوں کے واسطے واقعی نادر تحفہ ہے۔ صفحہ ۹۰۰ قیمت چار روپے .. .. للعہ

کبیر بیجک۔ کبیر صاحب کی دوسری مستند کتاب رموز الفقرا و اسرار تصوف کا لاجواب گرنتھ ہے۔ مشکل دوہوں اور شبدوں کے ساتھ ساتھ معنی بھی لکھے گئے ہیں۔ قیمت صرف تین ۳ روپے۔

کبیر بھگت اور اُن کی تعلیم۔ بھگت جنوں کے لئے سکھشادایک لیکچر۔ قیمت ۴ر

کبیر بھجناولی۔ جس میں سنت کبیر کے چوٹی کے منتخب کئے ہوئے بھجن دوہے دئے گئے ہیں۔ سرورق پر کبیر صاحب کی تین رنگی فوٹو۔ قیمت ۱۰ر

انمول موتیوں کی مالا] معرفت و حقیقت کے موتیوں کی خوشنما لڑی۔ قیمت صرف ۶ر

وچار کلپدرم] ایشور جیو۔ پرکرتی۔ کرم اُپاسنا۔ وغیرہ پر ویدانت کی نایاب کتاب۔ قیمت صرف ۲عہ

ملنے کا پتہ: **میسرز لالہ رام دتہ مل تاجران کتب لوہاری گیٹ لاہور**

گیان کلپدرم] تصوّف کا خزانہ ۔ اسرار معرفت کا گلدستہ۔
قیمت .. .. .. ۲؍

عروج رُوحانی ۔ اصلیت کا سبق اور معرفت کے نکتے ۔ قیمت ۴؍

رُوحانی آدرش] ایشور کیا ہے ۔ کہاں رہتا ہے ۔ اور اس کامیابی کی کنجی ۔ دُنیا میں کامیاب انسان زندوں کی فہرست میں شمار کئے جانے لگ گیا ہے ۔ ناکامیابی مرتیو سے بھی بدتر ہے ۔ ہر فرد بشر کے واسطے اس کا مطالعہ ضروری ہے ۔ قیمت ۴؍

منوسمرتی ۔] پراچین پرمانک ہنود دھرم شاستر منوسمرتی کا مُستند اردو ترجمہ قیمت ۱۲؍

مہابھارت ۔] دُنیا کی بڑی کتابوں سے ایک ہے ۔ اس سے تینوں باتیں پائی جائیں گی ۔ دھرم ۔ اخلاق ۔ فلاسفی اور تواریخ ۔ ضخامت ۵۹۶ ۔ قیمت صرف .. .. ۲؍

رامائن ۔ بھی اسی مشہور مصنف کی ہے جس میں چھ خوبصورت تصویریں ہیں ۔ کاغذ نہایت عمدہ ۔ سنہری جلد ۔ قیمت مجلد تین روپے ۔ بغیر جلد ۲؍۸

ہماری زندگی و موت ۔ کیا ہنود قوم زندہ رہیگی ۔ اس سوال پر بحث کرنے کے علاوہ مفصّل آرٹیکل میں جواب دیا گیا ہے ۔ یہ ہنود کے پڑھنے و سوچنے کے قابل ہے ۔ قیمت .. .. .. ۶؍

قانون خیال ۔ اس میں پندرہ مضمون ہیں ۔ نعم البدل ۔ تعلیم کا جنون زندگی ۔ علم اور اس کا مقصد ۔ سادگی کی فتح ۔ کامیابی کا خیال اور اس کی طاقت کا سنکھ وغیرہ ۔ قیمت .. .. ۶؍

ملنے کا پتہ: **پبلیشرز لالہ رامدتہ مل تاجران کتب لوہاری گیٹ لاہور**

فانوس خیال - اس میں ہماری کمزوری - دولت حاصل کرنے کا راز - کھانے پینے کا پرہیز - ہم کو گوشت کھانے سے کیوں پرہیز کرنا چاہیئے - انسان کا دل - بزدل مت ہو - راگ دویش وغیرہ قیمت ۶/

نیرنگ خیال یہ آٹھ مضامین کا مجموعہ ہے - قدرت کو اپنا کام آپ کرنے دو - خوشی اور سکھ - نہائیت ہی سچی باتیں - صرف اپنا عیب دیکھو - دوسروں کا عیب مت دیکھو - ایک امریکن فلاسفر کے مقولے - قیمت ۵/

معجون خیال اس میں نو مضامین دئے گئے ہیں - اپنی اپنی حیثیت - اپنی سچی ہمدردی - اُپدیش - محبت کی قسمیں وغیرہ - ۵/

علم خیال دُنیا کا وجود ہی خیالات کی بنا پر ہے - کوئی شخص اس سے ناواقف نہ رہنا چاہیئے -

ویدانت فلاسفی ویدانت کیا ہے - اس سے کیا مُراد ہے - اس کی قسمیں اور اس کی اصلیت وغیرہ پر بحث قیمت ۲/

ملنے کا پتہ

مسیسرز لالہ رامدتہ مل اینڈ سنز تاجران کتب

اندروں لوہاری دروازہ

لاہور

ہندو تہذیب و لامثال ہندو شجاعت کی ولولہ انگیز کتابیں

ہندو ماتائیں ۔ ہیر ہندو استریوں کی دلیری و قربانی کے درد انگیز برتانت اردو ۶ر

ہماری ماتائیں ۔ یہ کتاب استریوں اور پرشوں کیلئے اتی سکھشا دایک کتاب ہے اُردو ۱۲ر

ستی برتانت ۔ آٹھ پتی برتا استریوں کے حالات جنہیں پڑھکر خاص سبق ماہر ہوتا ہے۔
اس کا ہندی کا چوتھا ایڈیشن ہے۔ باتصویر جلد بندی عہر اور عہ ر

راجستھان کی ہیر انیاں] اس میں راجستھان کی باعصمت بہادر رانیوں کے بہادرانہ کام درج ہیں۔ نہایت ہی دلچسپ اور سبق آموز ہندی کا چوتھا ایڈیشن عنقریب ختم ہے۔ قیمت اردو ۱۰ر ہندی عہ ر

سچی استریاں ۔ مضمون نام کتاب سے ظاہر ہے۔ اردو ۸ر ہندی ۱۲ر

سچی دیویاں] یہ اتنی سکھشا دایک کتاب ہے لالہ سائینداس جی پرنسپل کا دیباچہ ہے اور دیویوں کے حالات ہیں۔
قیمت اردو ۸ر ہندی ۱۲ر

راجپوتنی کا وواہ ۔ ہندی۔ اس میں مسلمان بادشاہ کی زیادتی۔ اتیاچار اور راجپوتنیوں کی عصمت پروری کا درشیہ دکھلایا گیا ہے قیمت ہندی ۵ر

چتوڑ کا ساکا] ہندی۔ راجپوتوں کی ہیرتا اور دیش بھگتی۔ کا بانی تاریخی واقعہ۔ قیمت ۵ر

بہترین سبق آموز ناول

(از بابو شیوبرت لال جی ورمن ایم۔ اے)

شاہی لکڑہارا۔ عجیب و غریب دلچسپ ناول ہے تیس ہزار بک چکا ہے قیمت ۱۲/

شاہی ڈاکو لاثانی تواریخی ناول بوندی راج کے بانی کے پولیٹیکل ڈاکے۔ وطن کی محبت مصیبت کے وقت آزادی قائم رکھنے کی ہمت بخش داستان بلحاظ رنگینی۔ زیبائی عبارت دلکش ہے۔ قیمت ۱۴/

شاہی پتی پرائن۔ پتی برت دھرم کی جیتی جاگتی مورت۔ قیمت ۱۲/

شاہی بھگتنی۔ دھرم اور پریم کی موثر داستان " ۸/

شاہی جادوگرنی ایک عجیب معنی خیز ناول ہے جس میں دکھلایا گیا ہے۔ کہ استری اپنے تئیں بڑا سمجھے یا پرش اپنے تئیں۔ درحقیقت دونوں ایک گاڑی کے پہیہ ہیں۔ ایک آسام کی رانی کا حال ہے جو بذریعہ جادو کام لیتی تھی۔ قیمت ۱۴/

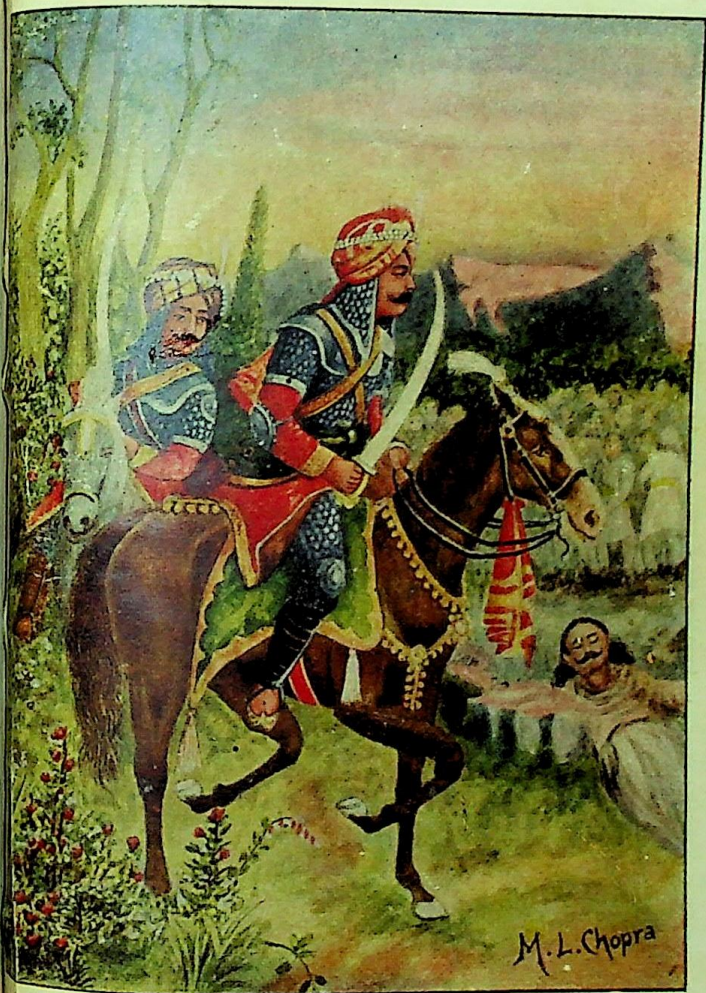
شاہی بھوت۔ اس میں دکھلایا گیا ہے۔ کہ پاپی کے مارنے کو پاپ مہابلی ہے۔ پاپی کو اپنی ضمیر ہی سزا دیتی ہے قیمت ۸/

شاہی بھکاری۔ چندر ہس کی زندگی کا مرقع نصیحت آموز اور دلچسپ۔ ۸/

شاہی جوگی جس میں مہاتما بدھ کی سوانحعمری۔ قیمت ۸/

ملنے کا پتہ

مسیزز رام دتہ مل اینڈ سنز تاجران کتب اندرون لوہاری گیٹ لاہور

آلھاکھنڈ

Can be had from:—**RAM DITTA MAL & SONS,**

Book Sellers, LAHORE.

روحانی اشارے

شیو برت لال

رام دتہ مل اینڈ سنز تاجران کتب لوہاری گیٹ لاہور

رُوحانی اِشارے

مہاتما رام کرشن پرم ہنس۔ سوامی وویکانند جی کے گورو کے مثالیہ قصّوں اور دوسری دلچسپ روایتوں کے سلسلہ میں حقیقت کے انکشاف و وضاحت کی کوشش

سَین بَین کو جو گہے۔ تاسوں کہئے دھائے
سَین بَین پوچھے نہیں۔ تاسوں کہئے بلائے
} کبیر صاحب

از

بابو شیو برت لال ورمن

پبلشرز

لالہ رامدتہ مل اینڈ سنز پبلشرز بک سیلرز لوہاری گیٹ لاہور

بار پنجم — تعداد ۱۰۰۰ — قیمت ۶ر

فہرستِ مضامین

روحانی اشارے

حصّۂ اوّل

رام کرشن پرم ہنس کے مثالیہ قصّے

۱۔ اونچی دیواروں سے گھرا ہوُا باغ

ایک باغ اُونچی دیواروں سے ہر چہار طرف گھرا ہوُا تھا۔ باہر کے آدمی یہ نہیں جانتے تھے۔ اس کے اندر کیا ہے ایک مرتبہ چار آدمیوں نے یہ ارادہ کیا کہ دیکھیں اس میں کیا ہے؟ اور وہ دیواروں پر چڑھنے کے لئے اپنے ساتھ ایک سیڑھی بھی لے گئے۔ پہلے ایک آدمی چڑھا۔ جُوں ہی اس نے اوپر سے باغ کے اندر نگاہ کی۔ زور سے قہقہہ مار ہنس پڑا اور پھر دھم سے اندر

کی طرف کود پڑا۔ اسی طرح دوسرا آدمی بھی چڑھا اور خوشی سے ہنستا ہؤا وہ بھی اندر کُود پڑا۔ یہی کیفیت تیسرے آدمی کی بھی ہوئی۔ اس کے بعد چوتھا آدمی بھی چڑھا۔ جب دیوار کی چوٹی پر پہنچا تو اُس کو باغ کے اندر مختلف قسم کے اچھے اچھے پھل پھول اور خوبصورت درخت دکھائی دئے۔ خوش ہو کر اس نے بھی چاہا کہ اندر کُود جائے مگر دل میں خیال آیا۔ میں اکیلا ہی کیوں اس کا سُکھ حاصل کروں۔ کیوں نہ اَوروں کو بھی جا کر اس باغ کی ہستی کی خوشخبری دوں تاکہ اور لوگ بھی اس کا مزہ پائیں۔ یہ سوچ کر وہ دیوار سے اُتر آیا اور سب کو باغ کے اندرونی حال سے واقف کیا +

ایشور اِس قصّہ میں چاروں طرف سے گِھرا ہؤا خوبصورت اور سوہاؤنا باغ ہے۔ جو اس کو دیکھتا ہے اپنے آپ کو بھول جاتا ہے۔ اور آنند میں محو ہو جاتا ہے۔ سادھو اور سنت انہیں کو کہتے ہیں۔ ان سنت اور سادھوؤں میں ایسے بھی ہوتے ہیں جو دنیا کی فلاح کے خیال سے ایشور کو دیکھ کر بھی اپنی مکتی نہیں چاہتے اور جنم مرن کے جنجال میں پھنسے ہوئے اوروں کو تارتے رہتے ہیں ٥

نمؔرؔ - سرؔوؔر - سنت جن - چوتھے برسیں مینہ
پرمارتھؔ کے کارنے چاروں دھاریں دیہ

۲ نادانوں کے مذہبی تفرقات (چار اندھے)

چار اندھے ایک ہاتھی کو دیکھنے گئے - ایک نے ہاتھی کا پاؤں چھوا اور کہنے لگا - ہاتھی کھمبے کی طرح ہے - دوسرے نے ہاتھی کی سونڈ پکڑی - کہنے لگا ہاتھی لکڑی کی طرح ہے - تیسرے نے ہاتھی کے پیٹ پر ہاتھ پھیرا - بولا ہاتھی بڑے گھڑے کی طرح ہے - چوتھے نے کان چھوئے بولا ہاتھی سوپ کی طرح ہے *

گھر پر آکر یہ چاروں ہاتھی کی شکل و صورت کے متعلق لڑنے جھگڑنے لگے - ایک سوجھاکے نے اُن کی باتیں سُنیں - اندھوں نے کہا - تو ہمارا فیصلہ کر دے - وہ بولا - تم میں سے کسی نے ہاتھی کو نہیں دیکھا ہے جس نے جس عضو کو ہاتھ سے چھُوا غلطی سے اسی کو ہاتھی سمجھ بیٹھا - تم میں سے نہ سب سچے ہیں - نہ جھوٹے ہی ہیں - ہاتھی کے پاؤں کھمبے کی طرح ہوتے ہیں - سُونڈ لکڑی کی مثال ہے - پیٹ گھڑے کی شکل کا ہے - کان سُوپ کی طرح ہوتے ہیں *

ایشور کے مسئلہ کے متعلق اکثر لوگ ایک ہی پہلو

لہ درخت - ٹہ تالاب +

پر نظر ڈالتے ہیں۔ ہر چہار پہلو کو نہیں دیکھتے۔ اس واسطے اندھوں کی طرح لڑتے جھگڑتے رہتے ہیں۔ ایشور کو اُن لوگوں کی نظر سے دیکھنے کی لیاقت حاصل کرو جنہوں نے اُس کا ساکشات کار کیا ہے +

وستو کہیں ڈھونڈھے کہیں۔ کیونکر آوے ہاتھ
کہیں کبیر تب پایئے۔ جب بھیدی لیجئے ساتھ

(۳) ایشور پر بھروسہ (باپ اور بیٹے)

ایک آدمی اپنے دو لڑکوں کو ساتھ لئے جاتا تھا۔ ایک لڑکا کمسن اُس کی گود میں تھا۔ دوسرا اُس کا ہاتھ پکڑے ہوئے چلا جاتا تھا۔ اتنے میں دونو لڑکوں نے ایک پتنگ آسمان میں اُڑتی ہوئی دیکھی۔ دونو لڑکے تالی بجا کے چلّا اُٹھے "آہا۔ کیا چڑیا اُڑ رہی ہے!" اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ اُس لڑکے کو جو اپنے باپ کا ہاتھ چھوڑ کر تالی بجانے لگا تھا۔ گر پڑا۔ چوٹ آگئی۔ مگر وہ لڑکا جو گود میں تھا تالی بجانے پر بھی نہیں گرا اور آرام سے رہا +

اسی طرح جو لوگ ایشور پر بھروسہ رکھتے ہیں اُن کو کچھ نقصان نہیں پہنچتا۔ مگر جو اپنی طاقت پر اتراتے ہیں اکثر دھوکا کھاتے ہیں +

ایک بھروسہ ایک بل ایک آس وشواس

سوانتی سلل[۱] گورو چرن ہیں چاترک[۲] تلسی داس

۴۔ مایا (ہری داس اور ایک لڑکا)

ہری داس ایک دن ایک لڑکے کو شیر کا چہرہ اپنے منہ پر لگا کر ڈرا رہا تھا۔ اتنے میں لڑکے کی ماں آئی۔ اُس نے لڑکے کو دلاسا دے کر کہا۔ "بیٹے! کیوں ڈرتا ہے یہ تو ہری داس ہے۔ شیر نہیں ہے۔ اس نے صرف کاغذ کا چہرہ منہ پر لگا رکھا ہے" لڑکے کی ماں نے اسے بہتیرا سمجھایا۔ مگر وہ مارے ڈر کے روتا رہا۔ لیکن جب ہری داس نے اپنے منہ سے شیر کے چہرے کو اُتار کر لڑکے کے ہاتھ میں رکھ دیا اور اپنی صورت دکھا دی اور لڑکے کے سامنے ہنستا ہوا کھڑا ہو گیا۔ تب لڑکے نے ماں کی بات کو سمجھا۔ تب سے وہ لڑکا کاغذ کے چہروں سے کبھی نہیں ڈرتا تھا +

اس طرح اُن لوگوں کو جن کو پرماتما کا گیان ہو جاتا ہے مایا کا ڈر نہیں رہتا +

۵۔ بھگتی اور پریم (نارد اور بھگت)

ایک مرتبہ نارد مُنی غرور میں آکر سوچنے لگے "میرے برابر ایشور کا کوئی پریمی بھگت نہیں ہے" ایشور انتریامی ہیں اُن سے کوئی بات چھپ نہیں سکتی +

[۱] پانی [۲] پپیہا +

ایک دن ایسا اتفاق ہوُا کہ نارد اپنے دوست کے ساتھ سَیر کو نکلے۔ دیکھتے کیا ہیں کہ ایک ویشنو کمر سے تلوار لٹکائے کھڑا ہے۔ نارد کو تعجب معلوم ہوُا۔ دوست سے پوچھا" یہ شخص ظاہرا ویشنو ہے۔ ویشنو کسی کو نہیں مارتے۔ نہ ہنسا کرتے ہیں۔ پھر یہ تلوار کیسی؟" دوست نے جواب دیا" اسی سے پوچھو" نارد اُس سے مخاطب ہو کر بولے" کیوں بھگت جی! آپ ویشنو ہو۔ اس تلوار سے کیا مطلب؟" اُس نے جواب دیا۔ یہ تلوار تین بدمعاشوں کے مارنے کے لئے ہے۔ اگر وہ مل جائیں تو اس سے قتل کروں گا۔ نارد نے پوچھا "وہ بدمعاش کون ہیں؟" اُس نے جواب دیا" ایک ارجن ہے جس نے سری کرشن جی سے لڑائی میں رتھ ہنکوایا تھا۔ نارد بولے۔ دوسرا کون ہے؟" اُس نے کہا دوسری چڑیل دروپدی ہے۔ جس نے سری کرشن کو اپنا جھوٹھا کھلایا تھا" نارد جی نے پوچھا" تیسرا کون ہے؟" بھگت نے تیوری چڑھا کر کہا" تیسرا ہتیارا نارد ہے۔ وہ ملے تو سب سے پہلے اُسی کو ماروں۔" نارد جی نے کہا۔" یہ کیوں؟" جواب دیا گیا۔ کمبخت نارد رات دن بین بجاتا ہوا رام رام کرتا رہتا ہے۔ بھگوان کو بنتی پرارتھنا سُناتا ہی رہتا ہے۔ ذرا دم نہیں لینے دیتا۔ نہ آرام کرنے دیتا ہے۔ اس پاپی کو بھگوان

کے آرام کا ذرا خیال نہیں اور پھر اس بے حیا کو غرور بھی ہے۔ کہ میرے جیسا کوئی بھگت نہیں۔ وہ اتنا بھی نہیں جانتا کہ غرور اور بھگتی اک ساتھ نہیں رہ سکتے *
نارد کا غرور اُسی وقت دُور ہو گیا *

۶۔ دنیا خواب کی طرح ہے۔

ایک آدمی جس کے پاس کچھ کام نہیں تھا۔ اُس کی عورت روز دھمکا کر کہتی کہ "تو خالی کیوں بیٹھا رہتا ہے کوئی نوکری چاکری کیوں نہیں کرتا"۔ ایک دن جب اس کا لڑکا بہت بیمار تھا۔ وہ گھر سے محنت مزدوری کی تلاش میں نکلا۔ اس عرصے میں اس کا لڑکا مر گیا تب لوگ اُس کو ڈھونڈھنے لگے مگر کہیں پتہ نہ لگا۔ شام کو وہ گھر آیا اور اُس کی عورت نے دھمکا کر اُس کو کہا۔ کہ "تو کیسا سنگ دل ہے۔ مرتے ہوئے لڑکے کو چھوڑ کر تو گھر سے چلا گیا"۔ اُس آدمی نے جواب دیا۔ ایک مرتبہ میں نے خواب میں دیکھا کہ میرے سات لڑکے ہیں۔ اور میں اُن کے ساتھ خوشی سے رہتا تھا۔ مگر جب میں نیند سے جاگ اُٹھا تو وہ نرا خواب معلوم ہوا۔ اِس لئے میں نے اپنے سات لڑکوں کے مرنے ذرا بھی دُکھ نہیں مانا۔ اب میں ایک لڑکے کے لئے کیوں روؤں *

۷۔ دُنیا میں اپنا کوئی نہیں ہے (براہمن اور سنیاسی)

ایک سنیاسی کو ایک براہمن ملا۔ دونو دھرم اور سنسار کے مضمون پر دیر تک بحث کرتے رہے۔ سنیاسی نے براہمن سے کہا۔ "بیٹا! دیکھ اس دنیا میں کوئی اپنا نہیں ہے" براہمن کو اس بات پر یقین نہیں آیا۔ اس کو خیال تھا۔ "میرے خاندان کے سب لوگ مجھ کو دل سے پیار کرتے ہونگے۔ کیونکہ میں رات دن اُن کو محنت کرکے کھلاتا پلاتا رہتا ہوں۔ وہ مجھ کو کبھی نہ چھوڑینگے" اُس نے سنیاسی سے کہا۔ "جب کبھی میرے سر میں درد بھی ہوتا ہے تو میری ماں اور استری کو سخت فکر ہو جاتی ہے۔ وہ رات دن میرے عیش و آرام کی فکر میں رہتی ہے۔ میں کیسے کہوں وہ میرا ساتھ نہ دینگی" سنیاسی نے کہا۔ "یہ تمہاری غلطی ہے۔ ایسا کبھی نہ ہوگا۔ اگر تم کو میری بات کا یقین نہ ہو تو ابھی گھر جاؤ اور بڑے درد کے ساتھ بہانہ کرکے چلاّنے لگو۔ میں آکر تم کو تماشہ دکھلا دوں گا" براہمن نے منظور کر لیا۔ گھر پر آکر اس قدر زمین آسمان کو سر پر اُٹھا لیا جس کا کوئی حدّ حساب نہیں۔ کتنے ڈاکٹر اور وید آئے کسی سے علاج نہیں ہوا۔ اس کی ماں دُکھ سے

بِسک رہی تھی اور استری و بچے سب چلّا رہے تھے اتنے میں وہ سنیاسی بھی آ پہنچا۔ اُس نے اس کے گھر والوں سے کہا۔ مرض لا علاج ہے۔ کوئی آرام نہیں کر سکتا۔ لیکن اگر اس کے لئے تم میں سے کوئی اپنی جان دینا گوارا کرے تو میں اُس کا خون اس کے جسم میں ڈال دُوں یہ جی جائیگا۔ اور وہ مر جائیگا۔ اس بات کو سُن کر سب ڈر گئے۔ سنیاسی نے ماں سے کہا۔" ماتا! تو بوڑھی ہے۔ تیرے مرنے سے اس کی جان بچتی ہے۔ یہ خاندان کو پالتا ہے تو مرنے پر راضی ہو جا" بڈھی نے کہا۔" یہ میرا بیٹا مجھکو سب سے پیارا ہے۔ مگر ان چھوٹے لڑکوں کو کیا کروں؛ ورنہ ضرور مرنا قبول کر لیتی۔ میں بڑی بد نصیب ہوں۔ بیٹا مر رہا ہے اور میں نہیں بچا سکتی۔ زندہ ہوں" سنیاسی نے اُس کی عورت سے کہا۔" دیوی! تو ہی اپنی جان اس کے لئے دے دے" وہ بولی۔" ہائے میں سب کچھ کرنے کو تیار ہوں۔ مگر اپنے باپ کو کیسے دُکھی کروں"

براہمن ان سب کے بہانہ کی باتیں سُن رہا تھا۔ سنیاسی بولا۔" دیکھ اب تجھ کو سمجھ آئی کہ نہیں" براہمن کو اُسی وقت ویراگ ہوگیا۔

تو مت جانے باورے۔ میرا ہے سب کوئے
پنڈ پران سے بندہ رہا یہ نہیں اپنا ہوئے

۸۔ ویراگ (ویراگ کیسے آتا ہے)

ایک استری نے اپنے مرد سے کہا "مجھ کو اپنے بھائی کی سخت فکر ہے۔ وہ آٹھ سات دن سے ویراگی ہونے کی فکر میں ہے اور اپنی خواہشوں کو چھوڑتا چلا جا رہا ہے۔" مرد نے کہا "ناداں عورت یہ تیری خام خیالی ہے۔ وہ کبھی سنیاسی نہ ہوگا۔ جن میں پس و پیش و فکر کی عادت ہے وہ سنیاسی نہیں ہوتے۔ عورت نے پوچھا۔ "سنیاسی کیسے ہوتے ہیں؟" مرد نے کہا "دیکھ اس طرح لوگ سنیاسی ہوتے ہیں" اور اُس نے اُسی وقت کمر سے ایک لنگوٹہ لگا کر کہا "آج سے تو اور ساری استریاں میری ماں ہیں۔ میں سنیاسی بن گیا" اور اسی وقت گھر سے باہر نکل کھڑا ہوا۔

آج کہے میں کال بھجوں گا کال کہے پھر کال
آج کال کے بیچ میں اوسر[2] جا[3] سے چال
لینا ہو سو جلد لے کہی سُنی مت مان
کہی سُنی جُگ جُگ چلے۔ آسا مانہہ نندھان

[1] جسم [2] موقع [3] چلا جا رہا ہے۔

۹۔ سنیاس (استری پورش سنیاسی)

ایک مرد و عورت دونو ساتھ ہی سنیاسی ہو گئے اور ساتھ ہی تیرتھ یاترا کرنے لگے۔ ایک دن جب وہ راہ میں چلے جاتے تھے۔ مرد عورت سے کچھ دور پہلے نکل گیا تھا۔ ایک چمکتا ہوا ہیرا نظر پڑا۔ دل میں سمجھا۔ عورت پیچھے آ رہی ہے۔ ایسا نہ ہو لالچ میں آ کر سنیاس کے دھرم کو ترک کر بیٹھے۔ زمین کو کھرچ کر اس نے اس کو مٹی سے ڈھانپ دیا۔ اتنے میں وہ عورت بھی آ پہنچی۔ پوچھا "کیا کر رہے ہو؟" اس نے جواب دینے میں تامل کیا۔ عورت اس کے دل کی بات کو سمجھ گئی۔ کہنے لگی۔ "ابھی تک تم کو ہیرے اور مٹی میں فرق معلوم ہوتا ہے۔ ایسی حالت میں تم نے سنیاس کیوں دھارن کیا؟"

گھر میں رہے تو بھگتی کرے۔ ناتر گھر ویراگ
ویراگی بندھن کرے۔ تاکا بڑا ابھاگ

۱۰۔ ٹھگ ویدانتی (گائے اور براہمن)

ایک براہمن نے ایک باغ لگایا۔ اور رات دن مصروف رہ کر اس کی درستی کرائی۔ ایک دن ایک

گائے اس باغ میں گھس آئی۔ اور آم کے ایک درخت
کو کھا گئی۔ جس کو اُس براہمن نے بڑی محنت سے لگایا
تھا۔ اس پر براہمن کو غصہ آیا۔ اور اُس کو اتنا مارا کہ
وہ مر گئی۔ براہمن ویدانتی تھا۔ اور ویدانت کا دم
بھرتا تھا۔ جب اُس سے لوگ کہتے "تو نے بڑا
پاپ کیا۔ گئو ہتیا کر ڈالی۔" تو وہ جواب دیتا۔
"میں نے کچھ نہیں کیا جو کچھ کیا میرے ہاتھ نے کیا۔"
اندر لوک میں بیٹھے بیٹھے اندر دیوتا نے اس کی بات
سُنی۔ اور ایک بوڑھے براہمن کا روپ بنا کر اس براہمن
کے پاس آیا۔ اور اُس سے پوچھنے لگا "یہ باغ کس کا
ہے؟" اُس نے جواب دیا "میرا ہے۔" تب دیوتا نے
کہا "یہ باغ بہت اچھا ہے۔ اس میں بہت اچھی طرح
قرینے کے ساتھ درخت لگے ہیں۔ مالی اس باغ کا
ہوشیار معلوم ہوتا ہے۔" اس پر براہمن نے کہا "یہ
بھی سب میرا ہی کیا ہوا ہے۔ تمام دن باغ میں بیٹھا
ہوا میں نوکروں سے کام لیا کرتا ہوں۔" دیوتا نے کہا۔
"یہ سڑک کس نے بنائی؟ یہ بھی بہت اچھی بنی ہے۔"
براہمن نے کہا "یہ میرے ہی ہاتھ سے بنی ہے۔" تب
اندر نے ہاتھ باندھ کر کہا۔ اگر یہ سب تمہارے ہی
کرنے سے ہوا ہے تو گائے مارنے کا پاپ میرے
سر کیوں منڈھتے ہو؟"

گیانی مول گنوائے کر بوجھے سار نہ سار
پاتے سنساری بھلا جو سدا بھجے کرتار

۱۱۔ جہالت (کنوئیں کا مینڈک)

ایک مینڈک کنوئیں میں رہتا تھا۔ وہ وہیں پیدا ہوا۔ وہیں بڑا ہوا۔ وہیں پرورش پائی۔ وہاں سے کہیں نہ گیا۔

ایک دن کسی سمندر کا مینڈک وہاں آ گیا۔ اُس نے پوچھا۔ سمندر کتنا بڑا ہے؟ سمندر کے مینڈک نے جواب دیا۔ "بہت بڑا ہے۔" کنوئیں کے مینڈک نے ٹانگوں کو پھیلا کر چھلانگ ماری "کیا اتنا بڑا ہے؟" اس نے جواب دیا۔ "اس وسعت سے سمندر کی چوڑائی کی نسبت کیا ہے؟ اُس کی چوڑائی تیری سمجھ میں کبھی نہیں آ سکتی۔" کنوئیں کے مینڈک نے کہا "تو بالکل جھوٹا ہے۔ بھلا وہ اس سے کیا بڑا ہو سکے گا۔ ایسی کوئی چیز ہی نہیں ہے جو اس کنوئیں سے بڑی ہو سکے!"

یہی حالت جاہلوں کی ہے۔ جنہوں نے کچھ نہیں دیکھا اور سمجھتے ہیں ہم نے سب کچھ دیکھ لیا ہے۔ دنیا میں جو کچھ ہے سب ہماری نگاہ میں آ گیا ہے۔

مورکھ کے سمجھاوسنے۔ گیان ہردے سے جائے
کاگا ہنس نہ ہوگا۔ چاہے سو من صابن لائے

۱۲۔ جھوٹا غرور (ایک مغرور بھنڈاری)

کسی دولت مند آدمی کے پاس ایک بھنڈاری تھا۔ جس کے پاس اُس کے مالک کی کُل جائداد و املاک تھی۔ جب کبھی کوئی اُس سے پوچھتا کہ یہ مال کس کا ہے تو وہ فوراً جواب دے دیتا تھا۔ یہ میرا ہے۔ گھر۔ باغ۔ مال۔ اسباب سب کچھ میرا ہے۔ اور غرور سے کچھ اس طرح اکڑ کر چلتا تھا کہ دیکھنے والوں کو بُرا لگتا تھا۔ ایک دن اُس نے اپنے مالک کے باغ کے تالاب سے ایک مچھلی پکڑلی۔ مالک نے منع کر رکھا تھا کہ کوئی شخص اس تالاب کی مچھلی نہ مارے۔ اتفاق سے جب وہ مچھلی پکڑ رہا تھا۔ اُس کا مالک بھی کہیں سے آ پہنچا۔ اور جب اُس نے بھنڈاری کو چوری کرتے دیکھ لیا تو اُس کو نوکری سے علیحدہ کر دیا۔ صرف اتنا ہی نہیں بلکہ سخت ذلیل کر کے اس کی جائداد وغیرہ کو بھی چھین لیا۔ اور گھر سے باہر نکالدیا۔

یہی حالت اُن لوگوں کی ہے جو اپنے کو ایشور سے الگ سمجھ کر کہتے ہیں۔ یہ میرا ہے۔ وہ میرا ہے۔ اسی طرح وہ جیو جو اپنے کو ایشور سے لگاؤ۔

کا بندہ نہیں سمجھتا اور اُس کی دی ہوئی نعمت کو اُس
کی نہیں بلکہ اپنی کہتا ہے۔ اس قسم کے آدمی کی بھی
ایسی ہی سزا ہوتی ہے *

مجھ میں اتنی سکت کہاں۔ گاؤں گلا پسار
بندے کو اتنی ہمت۔ پڑا رہے دربار

۱۴۔ سنسار میں ڈوبے ہوئے لوگ (ہری کا باپ)

ایک آدمی یہ کہا کرتا تھا۔ کہ جب میرا لڑکا ہری
بڑا ہو جائیگا اور اُس کا بواہ ہو جائے گا تو میں
اس کو اپنے سارے کٹمب کا کام سپرد کر کے
سنسار کو چھوڑ کر یوگا بھیاس کرونگا۔ بھگوان رام
کرشن نے یہ بات سُنی۔ کہنے لگے۔ "تم کو کبھی یوگا
بھیاس کا موقع نہ ملے گا۔ پھر تم یہ کہوگے کہ ہری
اور گری سے میرا بڑا پریم ہے۔ اور وہ مجھ کو نہیں
چھوڑتے۔ اور پھر یہ کہوگے کہ ہری کا بیاہ بھی ہو
جاتا اور لڑکا ہو جاتا۔ اور اُس لڑکے کا بیاہ
ہو جاتا تو سنسار چھوڑتا وغیرہ وغیرہ *

پاؤ پلک کی سدھ نہیں کرے کال کا سلج
کال اچانک مارسی۔ جیوں تیتر کو باج

۱۴ - سِدّھی (پانی پر چلنے کی طاقت)

ایک آدمی نے چودہ برس جنگل میں رہ کر تپسیا کی - اُس کا نتیجہ یہ ہؤا کہ اُس میں پانی پر چلنے کی سدّھی آ گئی - اِس سِدّھی سے وہ بہت خوش ہؤا اور اپنے گورو کے پاس جا کر کہنے لگا - کہ "گورو جی! گورو جی! مجھ کو پانی پر چلنے کی سِدّھی مل گئی" گورو نے اس سے کہا - "بیٹا! کیا چودہ برس کی تپسیا کا یہی پھل ہے؟ اگر غور سے دیکھا جائے تو تجھ کو صرف ایک پیسہ ملا ہے - کیونکہ تو ایک پیسہ ملاح کو دے کر دریا کے پار اُتر سکتا ہے"

افسوس! انسان اپنی ریاضت اور تپ کا کیا بُرا پھل چاہتا ہے!

رِدّھ سِدّھ مانگوں نہیں - مانگوں تم سے ایہہ
نِسدن درشن آپنا کہیں کبیر موہی دیہہ

۱۵ - ملین باسنا (مچھوا ہے کی عورت)

ایک مچھوا ہے کی عورت مچھلی بیچ کر بازار سے گھر کو آ رہی تھی - راہ میں شام ہو گئی - سورج ڈوب گیا - رات کو وہ کسی مالی کے گھر ٹھیر گئی

مالی نے اُس کی جہاں تک ہو سکا خاطر داری کی مگر مچھوا ہے کی عورت کو نیند نہ آئی۔ آخر کار نیند نہ آنے کا سبب یہ معلوم ہؤا کہ وہاں پھولوں کی ایک ٹوکری رکھی ہوئی تھی۔ اور پھولوں کی خوشبو سے اس کی نیند ہرن ہو گئی۔ یہ معلوم کر کے اُس نے مچھلی کے ٹوکرے پر پانی چھڑکا اور اسی پانی کو ناک پر لگایا تا کہ مچھلی کی بو آتی رہے اس عمل کے کرنے سے اس کو نیند آ گئی۔

اسی طرح جن کو سنسار بدھی ہے جب تک وہ اُس اوستھا میں نہ رہیں اُن کو چین نہیں آتا۔ سچ ہے نیم کا کیڑا نیم میں سُکھی رہتا ہے۔

۱۶ سنساری آدمی اور سمادھی (دنیا دار اور لذت نفسانی)

شری پرم ہنس رام کرشن جی کے پاس ایک اُن کا دنیا دار شاگرد گیا اور کہنے لگا۔ "مہاراج! مجھ کو سمادھی دکھلا دیجئے۔" پرم ہنس جی نے اپنے یوگ بل سے اُس کو سمادھی کی حالت میں کر دیا۔ اُس کے دوست گھبرا گئے۔ پرم ہنس جی کے پاس اُٹھا لائے۔ جوں ہی اُنہوں نے چھو لیا اُس کی سمادھی ٹوٹ گئی۔ جب وہ ہوش میں آیا کہنے لگا "مہاراج میرے بال بچے بھی ہیں اور دھن بھی ہے۔ میں

سمادھی کو لیکر کیا کرونگا "+

سچ ہے جس کی نگاہ بلند نہیں ہے وہ اونچی چیز کی قدر نہیں کر سکتا +

۱۷۔قول وفعل یکساں ہو (سادھو اور مریض لڑکا)

ایک آدمی اپنے مریض لڑکے کو کندھے پر اٹھا کر ایک سادھو کے پاس لایا اور علاج کی درخواست کی۔ سادھو نے حالات دریافت کرنے کے بعد کہا۔ "اس لڑکے کو کل لے آنا"۔ دوسرے دن وہ پھر لڑکے کو لایا۔ تب سادھو نے کہا" آج سے لڑکے کو مٹھائی نہ کھلانا۔ آج ہی سے وہ خود بخود اچھا ہو جائیگا"۔ اُس آدمی نے کہا" باباجی تم نے یہی بات کل کیوں نہ کہی؟" سادھو بولا"۔ کل میں کہہ تو سکتا تھا لیکن کل میرے سامنے مصری کا کوزہ رکھا ہوا تھا۔ لڑکا یہ بات سُن کر کہتا۔ دیکھو باباجی خود تو مصری کھاتے ہیں اور مجھ کو مٹھائی کھانے سے روکتے ہیں کپٹی اور فریبی ہیں۔ میری بات کا اثر نہ ہوتا "+

جو شخص کوئی بُرا کام دوسروں سے چھڑانا چاہے تو اُس کو چاہیئے کہ بھی ویسا بنے۔ ورنہ اُس کی نصیحت کا اثر نہ ہوگا +

جیہ مکھ سے نیکسے۔ تیسی چاہے نا نہہ

مانس نہیں اوہ سوان گت باندھے جم پورجانہ

۱۸- کٹر پنا بُرا ہے (گھنٹہ کرن)

تعصب اچھا نہیں۔ آدمی کو وسیع خیال والا بننا چاہیئے ؂

کہتے ہیں شیو جی کا ایک بھگت تھا۔ بہ شیو کو مانتا تھا مگر اور کسی کو کچھ نہیں سمجھتا تھا۔ ایک دن شیو جی نے اس کو درشن دے کر کہا "اگر تو کٹر پنا کرے گا تو مَیں راضی نہ ہونگا۔ یہ سُن کر گھنٹہ کرن چپ ہو گیا۔ اس کے پیچھے شیو جی نے پھر درشن دیا مگر آدھا جسم شیو کا اور آدھا وشنو کا تھا۔ اس کو دیکھکر بھگت آدھا خوش اور آدھا ناخوش ہؤا۔ شیو کے روپ کا تو درشن کیا مگر وشنو کی طرف نظر بھی اُٹھا کر نہیں دیکھا۔ اس بات کو دیکھ کر شیو جی بولے "تو متعصب ہے۔ میں نے یہ روپ اس واسطے دھارن کیا تا کہ تو سمجھ سکے کہ جتنے دیوی دیوتا ہیں۔ سب میرے ہی روپ ہیں مگر تو نہیں سمجھا میری بیعزتی کی۔ اُس کا بُرا پھل ملیگا" اِس واقعہ کے بعد وہ شخص ایک گاؤں میں آیا۔ لوگ اُس کو وشنو کا مخالف سمجھ کر چڑھانے کے لئے وشنو وشنو کہنے لگے۔ اُس نے اپنے دونو کانوں میں گھنٹے لٹکا لئے

تاکہ اُن کی بات کان میں نہ سمائے۔ اس لئے اِس
کا نام ہی گھنٹہ کرن پڑ گیا +

انسان کو متعصب نہ بننا چاہیئے۔ سمجھ بوجھ اور
تمیز سے کام لینا چاہیئے +

گور پشو۔ نر پشو۔ تریا پشو۔ وید پشو سنسار
مانش سوئی جانئے۔ جاہی بویک وچار۔

۱۹۔ نقل کرنے کا نتیجہ (چور)

ایک چور رات کے وقت کسی راجہ کے محل
میں چوری کرنے گیا اور اس نے راجہ کو اپنی رانی
سے یہ کہتے ہوئے سُنا کہ میں اپنی لڑکی کا بیاہ کسی
سادھو سے کرونگا۔ چور یہ سُن کر سوچنے لگا۔ "یہ
موقع بہت اچھا ہے۔ کل ہی سادھو کا بھیس بنا
لو۔ شاید راجہ میرے ہی ساتھ اپنی لڑکی کی شادی
کر دے۔" دوسرے دن صبح اُٹھتے ہی اس نے
ایسا کیا۔ اتنے میں راجہ کے نوکر سادھوؤں کے
پاس آئے اور بولے "راجہ اپنی لڑکی ایک سادھو
کے ساتھ بیاہنا چاہتا ہے۔ اگر آپ میں سے کوئی
راضی ہوں تو ہم راجہ سے کہیں۔" سادھوؤں میں
سے کسی نے رضامندی ظاہر نہیں کی۔ آخر وہ اُس
چور کے پاس آئے جو مصنوعی سادھو بن بیٹھا تھا

چور چُپ چاپ رہا - کچھ نہ بولا - راجہ کے نوکر واپس گئے - کہا " کوئی سادھو راضی نہیں - صرف ایک جوان سادھو ہے کیا عجب وہ راضی ہو جائے" راجہ مجبور ہو کر اُس کے پاس گیا - اور کہا - " اگر آپ میری لڑکی کے ساتھ شادی کر لیں تو بڑی کرپا ہو گی " چور نے اپنے دل میں سوچا " دیکھو - بناوٹی سادھو ہونے کا یہ پھل ملا - کہ راجہ میرے پاس خود چلا آیا - اور ہاتھ باندھکر میری منت کر رہا ہے - اگر میں سچا سادھو ہو جاؤں تو کتنا بھلا ہو گا " یہ سوچکر وہ شادی کے بدلے اپنے من کی سُدھار کرنے لگ گیا اور آخر کچھ وقت گزرنے کے بعد وہ اچھا سادھو بن گیا ÷

کبھی کبھی اچھی بات کی نقل کرنے سے بھی اچھا پھل مل جاتا ہے ÷

۲۰ - لالچ (حجّام اور سات گھڑے)

ایک حجّام ایک درخت کے نیچے سے ہو کر کہیں جا رہا تھا - اتنے میں یہ آواز آئی " کیا سونے سے بھرے ہوئے سات گھڑے تو لیگا ؟ " حجّام نے چاروں طرف نگاہ کی - کوئی آدمی نظر نہیں آیا - مگر سونے کے سات گھڑوں کا نام سُنکر لالچ سے

اُس کے مُنہ میں پانی بھر آیا۔ اُس نے زور سے چلّا کر کہا " ہاں میں ساتوں گھڑوں کو لونگا"۔ اتنے میں پھر آواز آئی " تو اپنے گھر جا۔ سونے کے سات گھڑے میں نے تیرے گھر پہنچا دئے"۔ وہ اپنے گھر واپس آیا۔ گھڑے وہاں موجود تھے۔ اس کو سخت تعجب ہوُا۔ چھ گھڑے تو خوب سونے سے بھرے تھے۔ ساتواں صرف آدھا بھرا ہوُا تھا۔ یہ دیکھ کر حجام کو فکر ہوئی۔ "اگر یہ بھی بھر جاتا تو کتنی اچھی بات ہوتی"۔ اس کے پاس جتنے روپے اور چاندی سونے کے زیور تھے سب کو فروخت کرکے اشرفیاں خریدیں اور اس گھڑے میں ڈال دیا۔ مگر گھڑا نہیں بھرا۔ حجام راجہ کے یہاں ملازم تھا۔ اور راجہ اس سے خوش تھا۔ اُس نے راجہ سے منّت کرکے کہا میرا خرچ نہیں چلتا۔ تنخواہ بڑھا دیجئے اور راجہ نے اُس کی تنخواہ دونی کر دی یہ سب روپیہ اُس گھڑے میں جانے لگا۔ مگر گھڑا پھر بھی نہیں بھرا۔ اس کے بعد نائی گھر گھر بھیک مانگنے لگا۔ جو کچھ ملتا اشرفیاں مول لے کر گھڑے میں بھرتا مگر وہ گھڑا پھر بھی نہیں بھرا۔ ایک دن اس راجہ نے حجاّم کو فکر مند دیکھ کر کہا۔ تو اتنا دُکھی اور اُداس کیوں رہتا ہے؟ جب تیری تنخواہ

آدھی تھی تب تو خوش تھا۔ جب سے تنخواہ بڑھی ہے تو زیادہ پریشان ہو گیا۔ کہیں تجھ کو سات گھڑے تو نہیں مل گئے؟" یہ بات سُن کر حجام متعجب ہؤا بولا "مہاراج! آپ سے کس نے یہ بات کہی؟" راجہ بولا "تو نہیں جانتا۔ یہ علامات اُسی شخص کے ہوتے جسکو شیطان اپنے سات گھڑے دے دیتا ہے۔ مجھ سے بھی شیطان نے ایک دن کہا تھا۔ کہ سات گھڑے لے لے۔ میں نے پوچھا خرچ کے لئے ہیں یا جمع کرنے کو؟ جب شیطان نے یہ بات سُنی خاموش ہو گیا۔ اور بھاگ گیا۔ تو یہ نہیں جانتا کہ کوئی اُس دولت کو خرچ نہیں کر سکتا اُن کو پا کر صرف جمع کرنے کی ہوس بڑھتی ہے بہتر ہے تو اُن کو پھینک آ۔ نہیں تو سخت دُکھی ہوگا *

لالچ بُری بلا ہے۔ جنہوں نے دولت کما کے خرچ کرنا نہیں سیکھا۔ اُن کی یہی حالت ہوتی ہے ایسے روپے سے کنگال رہنا اچھا ہے۔ کیونکہ آدمی نضول نرک گامی ہوتا ہے *

کبیر مایا موہنی دو پھل کی داتار!
کہاں خرچن حکمت گئے منہت نرک دوار

۲۱ - جھوٹا ورکت (جورو کا غلام)

ایک دن آجکل کی طرح نئی روشنی والا ایک آدمی گرہستی رہ کر ورکت پنے کی باتیں کر رہا تھا۔ اُسکی بات کو سُن کر بھگوان رام کرشن جی نے کہا "تم نہیں جانتے۔ آج کل کے گرہستی اور ورکت کیسے ہوتے ہیں وہ دھن کو اپنے پاس نہیں رکھتے۔ جو کچھ کماتے ہیں سب جورو کو دے دیتے ہیں۔ اور کہتے ہیں۔ ہم کو روپیہ سے کچھ مطلب نہیں۔ مطلب روپیہ سے کیوں ہوگا؟ کام کاج سارے گھر کا جورو کے سپرد ہے۔ اور جمع خرچ بھی اُسی کے ہاتھ سے ہوتا ہے"۔

ایک دن کوئی براہمن ایسے مصنوعی ورکت کے پاس مانگنے آیا۔ گرہستی ورکت نے کہا "میں پیسے کو کبھی نہیں چھوتا۔ کیوں مجھ کو دِق کرکے وقت خراب کرتا ہے۔ براہمن نے اُس کی کچھ نہ سُنی اور ویسا ہی کھڑا رہا۔ یہ سوچ کر گرہستی ورکت نے خیال کیا "اس کو ایک روپیہ دے دینا چاہیئے۔ اُس سے کہا کل آنا۔ اگر ہو تو سکا کل کچھ دے دونگا"۔ براہمن یہ سُن کر چلا گیا۔ گرہستی ورکت نے اپنی جورو سے کہا۔ یہ براہمن بڑا دُکھی ہے۔ اس کو ایک روپیہ دے دو۔ جورو جھنجلائی۔ تم بڑے دانی بن گئے ہو

روپیہ نہ ہوا کنکر پتھر ہوا۔ جہاں چاہو وہاں بغیر سوچے سمجھے پھینک دو" اس نے بہت منّت کی۔ تب جورو نے کہا۔ اچھا ایک دوانی لینا ہو تو لو۔ اور اُس براہمن کو دو" بیچارے کیا کرتے چپ چاپ کان دبا کر لے لیا۔ جب براہمن آیا تو اُس کو صرف دو آنے ہی ملے۔ گرہستی ورکت ایسے ہوتے ہیں +

جگت میں بھگت کہاوئی۔ چوکٹ چون نہیں دیئے
سکھ جورُو کا ہو رہا۔ نام گورو کا لیئے

۲۲۔ چیلا (ایک بزاز اور اس کا گورو)

ایک بزاز کسی غریب براہمن کا چیلا تھا۔ وہ بڑا کنجُوس تھا۔ ایک دن براہمن کو اپنی پوتھی باندھنے کے لئے کچھ کپڑے کی ضرورت ہوئی۔ چیلے کے پاس جاکر ایک ٹکڑا گاڑھے گزی کا مانگا۔ بزاز بولا "مہاراج اگر ذرا پہلے آپ نے کہا ہوتا تو میں ضرور کپڑے کا انتظام کر دیتا۔ اس وقت کچھ نہیں ہو سکتا۔ پھر کبھی کبھی آکر مجھ کو یاد دلاتے رہنا" براہمن نااُمید ہو کر چلا گیا۔ بزاز کی عورت پردے کے اندر بیٹھی ہوئی یہ سب سُن رہی تھی۔ اس نے اس کو نوکر سے بلوا کر سارا ماجرا سُنا اور کہا "کل صبح میں آپ کو کپڑا بھیج دونگی" +

رات کے وقت جب بزاز گھر آیا تو عورت نے کہا ”کیا دوکان بند کر دی؟ اُس نے کہا ”ہاں بند کر دی۔ مگر تم کیوں ایسا پوچھتی ہو؟“ عورت نے کہا۔ ابھی دُکان پر جاؤ اور اچھے سے اچھے دو ٹکڑے کپڑے کے لے آؤ۔“ بزاز نے کہا ”اس بات کی جلدی کیا ہے؟ میں اچھے سے اچھے ٹکڑے تم کو کل صبح لا دونگا۔“ عورت نے کہا ذرا ہوش کی دوا کرو۔ ضرورت تو اس وقت ہے کل لیکر میں کیا کرونگی۔“ بزاز نے سخت پیچ‌و‌تاب کھایا۔ سیدھا سادا براہمن دھرم گورو نہیں تھا جو بہانہ سُنکر چلا جاتا۔ یہاں تو کسی زبردست گورو سے کام پڑا تھا ڈر گیا کہیں گھر میں جھگڑا نہ ہو جائے۔ چُپ چاپ دُم دباکر آدھی رات کو دکان پر آیا اور وہاں سے کپڑا لایا دوسرے دن صبح کو اُس عورت نے گورو جی کے پاس کپڑے بھیجدئے اور نوکر سے کہلا بھیجا۔ ”جب کبھی کسی بات کی ضرورت ہو تو مجھ سے کہلا دیا کیجئے۔ میں نذر کیا کرونگی۔“

سنساری دھرم کے گورو کی ایسی عزت کرتے ہیں۔ مگر جب گھر کے زبردست گورو سے کام پڑتا ہے تو اس طرح منہ کی کھانی پڑتی ہے۔

۲۳ - دھیان (سادھو اور شکاری)

ایک سادھو نے دیکھا کہ کسی شخص کی برات بڑے تزک و اهتشام سے نکل رہی ہے۔ سڑک پر تل رکھنے کی جگہ نہیں ہے۔ سڑک کے قریب ایک شکاری گولیلوں کو لئے ہوئے چڑیوں پر نشانہ جما رہا تھا۔ اس کا دھیان کچھ ایسا جم گیا تھا کہ بارات کے آنے جانے کی اس کو کچھ خبر تک نہیں ہوئی۔ نہ باجے کی آواز کو سُنا۔ نہ بارات کا جلوس دیکھا۔ سادھو نے کہا۔ تم میرے گورو ہو۔ جیسا تمہارا دھیان ہے ویسا ہی میرا دھیان بھی ایشور میں لگے"۔

۲۴- دھیان (سادھو اور مچھلی پکڑنے والا)

ایک آدمی تالاب میں بنسی لگائے ہوئے مچھلی کی تاک میں بیٹھا ہوُا تھا۔ ایک سادھو اُدھر سے گزرا۔ پوچھا" بھائی اس جگہ کا راستہ کون ہے؟" آدمی نے کچھ جواب نہیں دیا۔ کیونکہ اُس نے بنسی کی طرف نظر جمائی تھی۔ جب مچھلی پکڑ چکا۔ سادھو پر نگاہ گئی۔ تب سادھو کے دوبارہ پوچھنے پر راستہ کا پتہ بتایا۔ سادھو بولا" تم میرے گورو ہو۔ ایشور کرے میرا بھی دھیان ایسا ہو کہ جب پرماتما کا دھیان

کروں۔ دوسرا کوئی خیال پاس نہ آنے پاوے"۔

۲۵۔ ایشور کی کرپا (جپ کرنے والا)

ایک آدمی کو جپ کرتے ہوئے رام کرشن جی نے کہا "ایک ہی جگہ کیوں بیٹھا رہتا ہے۔ اور کہیں کسی جگہ کیوں نہیں جاتا ہے" اس نے جواب دیا "بغیر ایشور کی مہربانی کے کچھ ہو نہیں سکتا" اس پر پرم ہنس جی نے کہا۔ ایشور کی مہربانی کی ہوا ہر وقت بہتی رہتی ہے۔ اگر تو چاہتا ہے کہ بھوساگر سے پار ہو جائے تو اپنی کشتی کے پال کو کھول دے۔ پرماتما کے دیا کی ہوا اس کو بہائے جائے گی"۔

اِس نصیحت کا مطلب یہ ہے کہ ایشور کی کرپا اُسی وقت پوری پوری آتی ہے جب آدمی اُس کے اوپر بھروسہ کرکے محنت کرے اور سوائے اُس کے کسی اور کا سہارا نہ لے۔

۲۶۔ آگے بڑھتے جاؤ (لکڑی بیچنے والا اور سدھ)

ایک غریب لکڑی بیچنے والا جنگل سے لکڑیاں کاٹ کر لاتا تھا اور اُن کو شہر میں فروخت کرتا تھا۔ اسکو دیکھکر ایک سدھ کو دیا آئی۔ سدھ نے

اس سے کہا۔ ”دوست ایک ہی جگہ تم جنگل میں لکڑی کاٹتے ہو آگے کیوں نہیں بڑھتے جاتے“۔ لکڑی کاٹنے والے نے سدھ کی بات مان۔ دوسرے دن وہ آگے کی طرف بڑھا۔ ایک چندن کا درخت ملا۔ اسکو فروخت کرکے اس کو بہت نفع ہوا۔ اور اس کی حالت بدل گئی۔ سدھ کی بات پھر اس کو یاد آئی۔ وہ پھر آگے بڑھا۔ وہاں تانبے کی کان ملی۔ اس سے خاطرخواہ نفع ملا۔ پھر اُس نے گورو کی بات یاد کرکے آگے کی طرف قدم بڑھایا اور برابر بڑھتا گیا۔ اور آہستہ آہستہ چاندی سونے اور قیمتی پتھروں کی کانیں اس کو ملتی گئیں جن کے پانے سے وہ بڑا دولتمند ہو گیا *

یہی حالت ادھیاتم گیان کے متلاشیوں کی ہوتی ہے اُن کی رات دن آگے بڑھنے کی دُھن ہونی چاہیئے۔ آگے بڑھنے سے اُن کو سب کچھ مل جاتا ہے *

۲۷۔ سنساریوں کا بھجن (نارد مُنی اور کسان)

ایک مرتبہ نارد منی کے من میں غرور پیدا ہوا کہ میرے برابر دنیا میں کوئی ایشور کا بھگت نہیں ہے۔ وشنو بھگوان نے اُن سے کہا ”نارد تم فلاں کسان کے پاس جاؤ۔ اس سے ملو وہ میرا بڑا بھگت ہے“۔ نارد جی اُس کے پاس گئے۔ دیکھا کہ وہ معمولی

کسان ہے جو صبح کے وقت پرمیشور کا نام لے کر تمام دن ہل جوتتا تھا۔ اور شام کو جب تھک جاتا تھا پھر ایشور کا نام لے کر سو جاتا تھا۔ نارد نے اپنے من میں سوچا۔ یہ کسان کیسے بھگوان کا بھگت ہو سکتا ہے؟ سارا دن یہ ہل جوتتا رہتا ہے۔ اس میں ذرا بھی بھگتی کی نشانیاں نہیں ہیں۔ اس کو دیکھ کر نارد وشنو کے پاس واپس گئے۔ وشنو بھگوان نے پوچھا۔ "تم نے اس کو کیسا پایا؟" نارد مناسب جواب نہ دے سکے۔ تب بھگوان نے ایک کٹورا تیل سے بھرا ہوا ان کو دیا۔ اور کہا۔ "اس کو ہاتھ میں لے کر تم فلاں جگہ جاؤ اور واپس آؤ۔ مگر اس میں سے ایک بوند بھی زمین پر نہ گرے" نارد جی نے ایسا ہی کیا۔ واپس آنے پر بھگوان نے پوچھا۔ "جب سے تم نے اس کٹورے کو ہاتھ میں لیا تھا اس وقت سے اب تک کتنی دفعہ مجھ کو یاد کیا ہے؟" نارد نے جواب دیا۔ "ایک دفعہ بھی نہیں کیونکہ میرا سارا دھیان کٹورے پر تھا۔ آپ کو کیسے یاد کرتا؟" بھگوان نے کہا۔ "نارد! دیکھو ایک تیل کے کٹورے کے ہاتھ میں لینے سے تمہاری یہ حالت ہوئی کہ مجھکو ایک دفعہ بھی یاد نہ کر سکے۔ بالکل بھول گئے۔ وہ کسان سپنے تمام کنبے کا بوجھ اپنی گردن پر رکھتا ہے۔

پھر بھی صبح شام مجھ کو یاد کیا کرتا ہے"۔ نارد جی چپ ہو گئے ❖

۲۸۔ گورو اور منتر (مستول کی چڑیا)

ایک چڑیا جہاز کے مستول پر بیٹھائی گئی تھی۔ جہاز سمندر میں جا رہا تھا۔ جہاز کے چاروں طرف پانی تھا اور کوئی چیز اُس کو نہیں سوجھتی تھی۔ جہاں وہ جاکر بیٹھتی۔ چڑیا نے سوچا۔ کہ "میں رات دن کیسے اس مستول پر اپنے دن کاٹوں۔ کہیں کوئی ہرا پیڑ یا جنگل مل جاتا تو وہاں چلی جاتی اور رہتی۔ جو ہو میں کوئی جگہ اپنے لئے ایسی ضرور تلاش کرونگی"۔ یہ سوچ کر چڑیا اُڑی۔ اور کوسوں تک پورب کی طرف سمندر میں گئی۔ کہیں زمین کا پتہ نہ ملا۔ اسی طرح پچھم۔ اُتر دکن کی طرف بھی کیفیت رہی۔ کوسوں تک سہارے کا نام و نشان نہیں ملا۔ نہ درخت یا جنگل دکھائی دیا۔ جب وہ اُڑتے اُڑتے تھک گئی۔ اور نا اُمید ہو گئی۔ تب پھر اسی مستول کی چوٹی پر آکر بیٹھ گئی۔ اُس نے ارادہ کر لیا "اب یہاں سے میں کہیں نہ جاؤنگی"۔ اُس دن سے اُس میں شانتی آگئی اور سکھ سے رہنے لگی ❖

اسی طرح سچے گورو کے منتر اُپدیش چیلے کے لئے

مفید ہوتے ہیں - اُنہیں کے سہارے ہو کر شاگرد مایا کے بے حد و حساب لمبے چوڑے سمندر میں رہتا ہے - اور اس کو یقین ہوتا جاتا ہے کہ سوائے گورو کے اُپدیش کے اور مجھکو بچانیوالا کوئی بھی نہیں ہے +

۲۹ - دھیان

ایک سادھو نے دیکھا کہ ایک سارس آہستہ آہستہ مچھلی پکڑنے جا رہا ہے - پیچھے شکاری کمان سے تیر جوڑے ہوئے اس کے مارنے کی فکر میں کھڑا ہے مگر سارس کا دھیان اس طرح مچھلی کی طرف ہے - کہ اس کو شکاری کی خبر تک نہیں - سادھو نے یہ حالت دیکھکر کہا - تجھ کو نمسکار ہے - جب میں ایشور پر دھیان کروں یہی حالت میری بھی ہو +

۳۰ - ایک سادھو اور کانچ کا قلم

ایک سادھو کانچ کے قلم کو رات دن دیکھ کر ہنستا رہتا تھا - کسی نے اُن سے پوچھا کہ بابا جی! آپ اس قلم کو کیوں دیکھ کر ہنستے ہیں؟ اُس نے جواب دیا "اُس قلم میں مختلف قسم کے رنگ ہیں - نیلے - پیلے - زرد جیسے یہ رنگ جھوٹے ہیں - ویسے ہی یہ سنسار بھی جھوٹا ہے - گو ان رنگوں کیطرح وہ

سچا نظر آتا ہے ۔

۲۱۔ ایشور کے بھجن کا پھل (آم کے باغ میں دو آدمی)

دو آدمی آم کے باغ میں گئے۔ اُن میں سے وہ جو اپنے کو بہت ہوشیار سمجھتا تھا۔ باغ کے درختوں کو گننے لگا کہ ایک ایک درخت میں کتنے پھل لگے ہوئے ہیں۔ اور باغ کی قیمت کیا ہوگی؟ دوسرا بیچارہ سیدھا سادا آدمی تھا باغ کے مالک سے جا کر ملا اور آم توڑ توڑ کر کھانے لگا۔ اب کہئے ان دونوں میں سے کون اچھا تھا؟ آم کھاؤ گے تو پیٹ بھریگا درختوں کے گننے یا پھلوں کے شمار کرنے سے کیا لابھ ہوگا؟

سنساری لوگ ناحق دلیل و حجت بازی[1] میں اپنا وقت ضائع کرتے ہیں۔ وہ لوگ اچھے ہیں جو ایشور بھگتی کی کمائی کر کے آنند بھوگتے ہیں۔

نا سُکھ ودیا کے پڑھے۔ نا سُکھ باد بواد
سادھ سُکھی سہجو[2] کہیں لاگی سُن سماد

۲۲۔ گیانی اور بھگت میں فرق

ایک گیانی اور ایک بھگت جنگل میں چلے جا رہے تھے۔ راستے میں اُن کو ایک شیر ملا۔ گیانی بولا۔

[1] بحث مباحثہ [2] سہجو بائی ۔

"بھاگ کر گیا کرینگے۔ ایشور ہم کو ضرور بچاوے گا۔"
بھگت نے کہا۔ "نہیں بھائی! چلو بھاگ چلیں۔ جس کام
کو ہم آپ کر سکتے ہیں اس کے لئے ہم ایشور کو
کیوں تکلیف دیں۔"
پڑھنے والو غور کرو۔ ان میں سے کون اچھا ہے؟

۳۳۔ مایا جیو اور برھم

جب رام جی بن باس کو گئے تو آگے رام پیچھے
سیتا اور اُن کے پیچھے لکشمن جی تھے۔ جب لکشمن جی
یہ چاہتے تھے کہ رام کا درشن مجھ کو ملے تو پرارتھنا کرتے
تھے۔ "سیتا جی! تم ذرا ہٹ جاؤ تو میں رام جی کا
درشن کروں۔" اور جب سیتا ہٹ جاتی تھیں تب
لکشمن کو رام کا درشن ملتا تھا۔
اس طرح برہم اور جیو کے درمیان مایا ہے۔ جب
تک یہ نہیں ہٹ جاتی تب تک جیو کو برھم کا درشن
نہیں ملتا۔

آسا کا ایندھن کرو۔ منسا کرو بھبھوت
جوگی پھیری یوں پھرو تب بن آوے سُوت

۳۴۔ گورو جی اور چمار نوکر

جب آدمی ایک مرتبہ مایا کو پہچان لیتا ہے۔ تب

وہ اس سے دُور رہ جاتی ہے +

ایک گورو کسی چیلے کے یہاں جاتا تھا۔ راہ میں ایک چمار ملا۔ گورو نے کہا۔ تو میری نوکری کر لے تجھ کو خوب کھانا ملیگا۔ اور کسی بات کا دُکھ نہ ہوگا چمار نے کہا" مہاراج! میں ذات کا چمار ہوں۔ آپ کی نوکری کیسے کروں؟" گورو نے کہا" کیا ہُوا نوکری کر لے۔ کسی سے اپنی ذات نہ بتانا۔ نہ کسی سے بات چیت کرنا" چمار اس بات پر راضی ہو گیا۔ شام کے وقت برہمن اور چمار دونو شاگرد کے گھر پہنچے +

ایک براہمن نے اس نوکر سے کہا" ذرا جوتا اُٹھا لا" مگر وہ کچھ نہ بولا۔ براہمن نے دوسری دفعہ کہا۔ یہ ویسے ہی خاموش رہا۔ تیسری مرتبہ بھی یہی حالت رہی تب براہمن جھنجھلا کر کہنے لگا" کیوں رے تو چمار تو نہیں ہے جو نہیں بولتا؟" چمار خوف کے مارے کانپنے لگا۔ اور گورو جی کی طرف دیکھ کر کہنے لگا۔ گورو جی! مجھ کو لوگ پہچان گئے۔ اب میں یہاں نہ رہونگا" یہ کہکر وہ وہاں سے بھاگ گیا ؎

آندھی آئی پریم کی۔ ڈھئی[۱] پرم کی بھیت[۲]
مایا ٹاٹی اُڑ گئی۔ لگی نام سوں پریت

[۱] گر گئی [۲] دیوار +

۳۵۔ غُصّہ

دو سادھو راہ میں چلے جاتے تھے۔ دونو شانت تھے۔ دونو کو غصّہ نہیں آتا تھا۔ سبب پوچھنے پر ایک نے کہا "میں اس لئے غصہ نہیں کرتا کیونکہ میں جانتا ہوں۔ تھوڑی دیر کے بعد مجھ کو پچھتانا پڑیگا۔"

دوسرا بولا "مجھ کو اس وجہ سے غصّہ نہیں آتا کہ اس سے میرے چت کے بگڑ جانے کا خوف رہتا ہے۔ میں جان گیا ہوں غصّہ کرنے سے کمزور ہو جاؤنگا اور دشمن مجھ کو مغلوب کر لینگے۔"

حِصّہ دوم

چند دیگر دلچسپ قِصّے

سانپ اَور سادھو

دنیا میں اچھی طرح زندگی بسر کرنا اور سُکھ کے ساتھ رہنا اُن کو نصیب ہوتا ہے جو گیان والے ہیں ۔ راہ ٹیڑھی ہے ۔ قدم قدم پر ٹھوکر کھانے کا خوف رہتا ہے ۔ مگر جن کو گیان ہے وہ اپنے طور و طریقوں کو ایک خاص قسم کے سانچے میں ڈھال کر سلامت روی کے ساتھ اپنی دنیاوی زندگی کی میعاد پوری کر جاتے ہیں ۔ روتے آتے ہیں ۔ ہنستے جاتے ہیں ۔ کرم کا بوجھ ساتھ لاتے ہیں ۔ چلتے وقت خالی ہاتھ جاتے ہیں ۔ کال اور مایا کو پھر جُرأت نہیں ہوتی کہ اُنکے دامن کو کرم کے کانٹوں سے اُلجھا

سکیں۔

کہتے ہیں ایک سادھو کا گزر کسی جنگل میں سے ہوا۔ شاہراہ پر ایک خوفناک سیاہ رنگ کا لمبا چوڑا سانپ لیٹا ہوا تھا۔ اس میں انسان کے ساتھ دشمنی کرنے کے وہ علامات نہیں تھے جو سانپ سے مخصوص ہیں۔ سادھو پوتر آتما تھا۔ قدرت کے راز سے ماہر۔ علم معرفت کا اُستاد روحانی باریکیوں کا سمجھنے والا وہ برگ و بار سے روحانیت کے سبق سیکھتا تھا۔ دریا۔ جنگل۔ پہاڑ بے زبان کہلاتے ہوئے اُس سے ہمکلام ہوتے تھے۔ قدرت کی کتاب اُسکے مطالعہ کیلئے ہر وقت کھلی رہتی تھی +

برگِ درختانِ سبز در نظر ہوشیار
ہر ورقے دفترے ست معرفتِ کردگار

جس طرف وہ نگاہ کرتا تھا مالک کی صنّاعی کے کرشمے اسکے دل کو اپنی طرف کھینچتے تھے۔ اور وہ جو جانوں کی جان۔ پرانوں کا پران ہے اس کو ہر چیز میں نظر آتا تھا +

کہ بچشمانِ دل مبیں جز دوست
ہر چہ بینی بداں کہ مظہر اوست

جس معبود کی تلاش میں دنیا بھٹکتی پھرتی ہے وہ خود عاشق صادق کی طرح اُس پاک نفس سادھو سے ایک دم کے لئے علیحدہ نہیں ہوتا تھا +

پیچھے پیچھے ہر پھریں کہیں کبیر کبیر

سادھو کا دل پریم کے اثر سے بھرا ہوُا تھا۔ تمام دنیا کی مخلوقات کے لئے اُس کے وسیع دل میں جگہ تھی۔ حسد۔ نفرت اور دشمنی کا گذر وہاں کیسے ہو سکتا ہے۔ جہاں پریم سروپ پرماتما بستا ہے۔ برھما سے لے کر چیونٹی تک سب اسی کاریگر کے ہاتھ کے کھلونے ہیں۔ کھلونے ہی نہیں اس کے بال بچے ہیں۔ وہ باپ ہے یہ سب اس کے لڑکے ہیں۔ جو باپ کو جانتا ہے وہ بیٹے سے نفرت کیسے کر سکتا ہے؟ سادھو نے اس سچے محبوب کی قربت کے خیال سے دنیا کو ترک کر دیا تھا۔ بھلا وہ پریتم کے چھوٹے سے چھوٹے اور حقیر سے حقیر بندے کی کیسے تحقیر کر سکتا ہے یا اُنکو تکلیف دے سکتا ہے ؎

سیا رام مے سب جگ جانی

کروں پرنام جُور جگ پانی

سانپ کے قریب پہنچ کر سادھو نے پریم اور محبت کے لہجہ میں کہا ”اے سانپ! تو میرے راہگذر کے بیچوں بیچ پڑا ہوُا ہے۔ کیا تو ذرا کنارے کھسک نہیں سکتا۔ تاکہ میں گذر جاؤں۔ میں تیرے اوپر سے گذرنا نہیں چاہتا۔ کیونکہ تو اُس کے ہاتھ کا بنا ہوُا ہے۔ جس کی میں پرستش کرتا ہوں۔ تو

بھی کسی نہ کسی دن میری حالت اور حیثیت تک پہنچیگا اور میری طرح اُس قابل تعظیم معبود کی بندگی بجا لائے گا *

سانپ نے اپنے پھن کو اونچا کیا اور عاجزی و انکساری کے لہجہ میں جواب دیا" تقدس مآب سادھو میں تیری ہی زیارت کے لئے راہ میں پڑا ہوں۔ مُدت سے تمنّا تھی کہ کوئی سادھو ملے تاکہ اُس سے دردِ دل کہہ کر نجات کی صورت پیدا کروں۔

سُکھ دیویں دُکھ کو ہریں دُور کریں اپرادھ
کہیں کبیر وہ کب ملیں پرم سنیہی سادھ

مہاتما تم حکم کرو۔ میں راہ سے ہٹ جاؤنگا۔ میں بُری زندگی بسر کرتا ہوں۔ پیٹ کے بل چلتے چلتے عاجز آ گیا ہوں۔ میں بھی چاہتا ہوں کہ انسان بنوں۔ اور مجھ کو اعلےٰ زندگی کا لطف حاصل ہو۔ میں نے بہت پاپ کئے ہیں۔ کتنے چرند پرند میں نے ہلاک کئے۔ کتنے حشرات الارض میری وجہ سے مصیبت میں پڑے۔ تمام زہر میرے منہ میں ہے میرا کاٹا ہؤا بچتا نہیں۔ کیا کوئی تدبیر ہے جس سے میرے جیسا حقیر و پاپی شخص بھی بہتر بن سکے؟ کیسے اور کس طرح مجھ کو اپنے آپ سے نجات مل سکتی ہے؟ میں کیا کروں تاکہ کوئی بھی مجھ سے نفرت اور

خوف نہ کرے ۔ لوگ کہتے ہیں سادھو کے اُپدیش
سے آدمی بہتر بن جاتے ہیں ۔ تم میرے اوپر رحم
کرو ۔"
سادھو نے جس کی دولت پریم تھا درد اور محبت
کے لہجے میں کہا ۔
"دل میازار ہر چہ خواہی کُن"
اے سانپ ! تُو لوگوں کو زخمی کرنا چھوڑ دے
اور تیری مغفرت کا دروازہ خود بخود کُھل جائیگا ۔
یہی دھرم یہی کرم یہی بھگتی یہی بھاو ہے +
اور سانپ نے جب اُس کے مختصر اُپدیش کو سُن لیا
راہ سے ہٹ گیا ۔ سادھو بھی اپنی راہ چلا گیا +
دن کے وقت جب سورج کی کرنوں نے تختۂ
عالم کو نورٌ علےٰ نور کر دیا ۔ سانپ اسی طرح سڑک
پر پڑا ہؤا تھا ۔ آنکھیں بند تھیں ۔ وہ "اہنسا" کے
اصول پر دل ہی دل میں غور کرتا رہا ۔ اُس کے
جسم کے سِنّے دھوپ میں چمکتے تھے ۔ جنگلی گاؤں
کے گائے کے چرانے والے لڑکوں کا ہجوم کھیلتا
کودتا ہؤا اُدھر آ نکلا ۔ سانپ کا دیکھنا تھا ۔ کہ
سب کے ہوش جاتے رہے ۔ سب خوف سے تھرا
گئے ۔ آخر کار ۔ اپنے گھروں کو بھاگ
گئے +

دوسرے دن وہ پھر اُسی طرف سے ہو کر نکلے
سانپ ویسا ہی پڑا ہوُا تھا۔ اُس نے ذرا بھی پہلو
نہیں بدلا تھا۔ لڑکوں نے سوچا "یہ مردہ ہے اور
لکڑی لے کر اس کو کھودنے لگے۔ سانپ کو دُکھ
ضرور ہوُا مگر نہ اُس نے سر اونچا کیا نہ کسی کو کاٹ
کھایا۔ لڑکے دلیر ہوتے گئے اور جیسے جیسے دن
گذرتے گئے سانپ کی دُرگت ہونے لگی۔ کوئی اُس
کو پتھر سے مارتا کوئی ڈنڈے اور لکڑی سے اُسکو
زخمی کرتا۔ یہاں تک نوبت آگئی کہ لڑکے اُسکے
پھن کو پکڑ کر ہاتھوں سے منہ کو کھول دیتے اور
اُس میں مٹی بھر دیتے۔ چند کمسن لڑکوں کو اتنی جرأت
ہو گئی تھی۔ کہ وہ اپنا ہاتھ اُس کے حلق تک ڈالدیا
کرتے تھے۔ مگر سانپ نے کسی کو بھی تکلیف نہیں
دی۔ سادھو کے اُپدیش نے اُس کو کچھ کا کچھ بنا
دیا تھا۔ وہ خوف کی وجہ سے اپنے دانت کو دبائے
رکھتا تھا۔ تاکہ کسی بچّے کے جسم میں خراش آجائے
اور اُس کے زہر سے کہیں مر نہ جائیں۔ لڑکے
اُسکو جسقدر ستاتے تھے وہ اُتنی ہی زیادہ اُن کی
سلامتی اور تحفّظ کا خیال رکھتا تھا۔
کئی دن تک یہ حالت رہی۔ لڑکے اسکو پکڑ کر
کھیلتے رہے اُسکو سخت تکلیف دی گئی مگر اُس نے

کسی کو بھی نہیں کاٹتا۔ ایک دن ایسا اتفاق ہُوا ایک لکڑہارے نے جنگل میں بہت لکڑیاں اکٹھی کی تھیں۔ گٹھے کے باندھنے کے لئے اُس کے پاس رسّی نہیں تھی۔ اُس کی نگاہ سانپ پر پڑی۔ سوچا۔ یہ یا تو مردہ ہے یا بہت بڈھا ہے۔ معصوم معلوم ہوتا ہے۔ لاؤ اسی سے اپنے گٹھے کو باندھ لیں ٭

وہ بلا تامّل بلا خوف ہو کر اس کو اُٹھا لایا۔ اپنے گٹھے کو باندھ لیا۔ مگر اُس باندھنے کے صدمے سے سانپ کا تمام جسم زخمی ہو گیا اور جگہ جگہ سے خون بہنے لگا۔ وہ لکڑہارے کو اس بے رحمی کی سزا بآسانی دے سکتا تھا مگر گورو کا اُپدیش سدِّ راہ تھا۔ قہرِ درویش بر جانِ درویش ٭

لکڑہارے نے گھر پر پہنچ کر گٹھے کو زمین پر پٹک دیا اور سانپ کو کھول کر علیحدہ کر دیا۔ بے چارہ وہاں دیر تک درد کے مارے تڑپتا رہا۔ زخموں سے خون کے فوارے جاری تھے ٭

گھنٹوں وہ وہاں پڑا رہا۔ جب درد سے سخت تکلیف ہونے لگی۔ اُس نے سر اُٹھایا۔ آنکھیں کھولیں دیکھا۔ وہی سادھو سامنے کھڑا ہے۔ جس نے اُس کو نیک بن جانے کی ہدایت کی تھی۔ سانپ نے رو کر اُس سے کہا۔ بھگوان اپنے داس کی حالت دیکھئے

پہلے میں کیسا خوبصورت چکنا اور صحیح البدن تھا۔ آج میری کیا حالت ہے! سارا جسم زخموں سے چھلنی بن گیا ہے۔ خون بہ رہا ہے۔ کیونکہ آدمیوں نے مجھ کو معصوم سمجھ کر ادھمرا کر دیا۔ میں نے ان کو کاٹا نہیں۔ کیونکہ آپ نے کاٹنے سے منع کیا تھا۔ مہاتمن! آپ سادھو ضرور ہو۔ گیانی ہو۔ بُدھیمان ہو مگر آپ کی ہدایت نے میرے ساتھ زہر کا کام کیا۔ آپ نے یہ کیوں کہا۔ کاٹنا چھوڑ دے۔ پرماتما نے مجھ کو کیا عجب اس مصیبت سے بچنے کے لئے نوکیلے اور تیز دانت دئے تھے"۔

سادھو نے غور کے ساتھ سانپ کی آنکھوں کی طرف نظر جما کر کہا "اے نادان مگر قابل رحم شاگرد میں نے تجھ سے یہ ضرور کہا تھا کہ کاٹنے کی عادت چھوڑ دے۔ مگر یہ کبھی نہیں کہا تھا۔ کہ تو اپنی پھُنکارنے کی عادت کو بھی ترک کر دے۔ جو تیری سادگی اور معصومیت کا فائدہ اُٹھاتے ہیں۔ اُن کو پھُنکارتا کیوں نہیں۔ پھُنکارنے کی عادت تجھ کو صرف اس لئے دی گئی تھی تاکہ جو لوگ تجھ کو نیک سمجھ کر چھیڑنے کا حوصلہ کریں۔ اُن کو پاس آنے کا موقع نہ ملے۔ تجھ کو چاہیئے تھا کہ اس سے اچھی طرح کام لیتا۔ تو نے ایسا نہیں کیا اس لئے مصیبت میں مبتلا

ہوُا"۔ حفاظتِ خود اختیاری قدرتی قانون ہے۔ جو ہر مخلوق کے دل میں ہمیشہ اثر انداز رہتا ہے۔ وہ ایک ہتھیار ہے۔ تاکہ دشمنوں کے حملہ سے حفاظت کیا کرے۔ آدمی اس ہتھیار سے ڈرتے رہتے ہیں۔ اے سانپ! اب بھی تیرا کچھ نہیں بگڑا۔ جب کوئی تیرے پاس دُکھ دینے کی نیت سے آوے۔ تو پھن اُٹھا کر پھنکار دے۔ سب خود بخود دُور بھاگ جائیں گے۔ اور تو صدمہ سے محفوظ رہے گا۔ آدمی سایہ کو دیکھ کر ڈر جاتے ہیں۔ تیری پھُنکار میں اصلیّت ہے۔ وہ اُس کو سُن کر کبھی پاس نہ آوینگے۔ پھنکارنا دل آزاری نہیں ہے۔ حفاظتِ خود اختیاری ہے۔ اگر تو نے اس سے کام لیا ہوتا۔ تو تیرا چکنا اور خوبصورت جسم آج اس قدر زخمی نہ ہوُا ہوتا"۔

سادھو کے جاتے ہی سانپ نے پھنکارنا شروع کیا۔ اور تھوڑی ہی دیر بعد لوگ اپنی اپنی جان لے کر بھاگ گئے۔ تب اُس غریب نے پھسلتے ہوئے کسی غار میں جا کر پناہ لی اور جب تک زندہ رہا۔ پھنکارنے کی عادت کی وجہ سے کسی بدنیت شخص کو اُس کے پاس آنے کی جرأت نہ ہوئی۔ اُسنے کسی کو صدمہ نہیں پہنچایا۔ نہ کوئی اُس کے زہر سے ہلاک ہوُا۔

وہ مدت العمر تک جیتا رہا۔ اور سادھو کے اُپدیش
سے پورا پورا فائدہ اُٹھایا ؛
جن کو ذرا بھی عقل و تمیز ہے انکی ہدایت کیلئے
اس فرضی کہانی میں بہت کچھ سامان موجود ہے ؛

۲۔ سمجھ کا پھیر

مسلمان کہتے ہیں دوزخ ایک خوفناک و دائمی
آتشکدہ ہے۔ جہاں گنہگار لکڑیوں کی طرح جلتے
ہیں۔ سکنڈنیویا کا مذہب کہتا ہے دوزخ دائمی برفستان
ہے جہاں آدمی کے ہاتھ پاؤں مارے سردی کے جکڑ
جاتے ہیں۔ ہندوؤں کا عام عقیدہ ہے کہ دوزخ نرک
کُنڈ ہے جس میں سخت تعفن ہے۔ بد بُو ہے۔ ناپاکی
اور غلاظت ہے۔ یہ دوزخ کے تین خیال ہیں۔ جو
دنیا کے تین مذہب ہمارے سامنے پیش کرتے ہیں۔
سوال یہ ہے کہ سچ کیا ہے؟ ہمارا پہلا جواب تو یہ ہوگا۔

ہم کو معلوم دوزخ کی حقیقت لیکن
نظم و نسق سے دنیا کے خیال اچھا ہے

دوسرا جواب یہ ہے کہ اُن آدمیوں کا مذہب جن
کو روحانی تکمیل کا موقع نہیں ملا۔ اُن کے ارد گرد
کے حالات و واقعات کی "گاڈی" اور "گھنی" تصویر
ہوتا ہے۔ "گاڈی" اور "گھنی" لفظ بھدے ہیں۔

ہماری زبان میں کوئی اِن کو استعمال نہیں کرتا مگر یہ ہمارے مطلب کے اظہار میں زیادہ مدد دیتے ہیں۔ عربستان کا ملک ریگستان ہے۔ جہاں باد سموم کے جھونکوں سے درخت سُوکھ جاتے ہیں۔ آدمی مر جاتے ہیں۔ حد درجہ کی گرمی میں تکلیف زیادہ ہوتی ہے۔ اسلام نے خواہ اُس کی ابتدا آدمؑ سے ہو یا محمدؐ صاحب سے۔ دوزخ کے خیال کو "دائمی آتش کدہ" میں مکمل کیا۔ کیونکہ آگ کی گرمی سے زیادہ اور کیا چیز تکلیف دے سکتی ہے؟
سکنڈنیویا (ناروے و سویڈن کے ملک) میں وہ زبردست سردی پڑتی ہے۔ کہ جس کا کوئی حد اور حساب نہیں۔ وہاں گرمی کا موسم نہایت خوشگوار اور با برکت سمجھا جاتا ہے۔ وہاں کے باشندوں نے دوزخ کو دائمی برفستان تصوّر کیا۔ ہندوستان میں گرمی و سردی اعتدال کے ساتھ ہوتی ہے۔ ہندو دن میں دو دو دفعہ نہاتے ہیں۔ کپڑے صاف اور سُتھرے رکھتے تھے۔ چوکا دے کر کھاتے تھے۔ ان کے نزدیک دوزخ وہ جگہ سمجھی گئی جہاں حد درجہ کی غلاظت۔ کراہت اور تعفّن تھی۔ اسی طرح ان قوموں نے بہشت کی بھی الگ الگ تصویر کھینچی ہے سمجھنے والے ان سے باآسانی سمجھ سکتے ہیں کہ مذہبی

خیالات کی جڑ میں ارد گرد کے حالات واقعات و اثرات و طرز معاشرت کس حد تک اثر انداز رہتے ہیں۔

ایک افیونچی سے کسی نے کہا۔ "بھائی! تم تو کوئی گناہ نہیں کرتے بہشت میں جاؤ گے۔" اُس نے پوچھا "بہشت میں افیون ملیگی؟ تمباکو پینے کے لئے آگ بھی ملیگی کہ نہیں؟" جواب دیا گیا۔ "بہشت میں افیون آگ اور تمباکو کہاں؟ افیونچی نے ناک سکوڑ کر کہا۔ اونہہ ہم ایسی بہشت میں جا کر کیا کرینگے؟

جن کو اپنی روحانی تکمیل کا خیال ہو اُن کی نگاہ بلند ہونی چاہیئے۔ تاکہ اصلیت کی بھی کچھ خبر ملے ٭

۳۔ زبردستی اور رحم کا قانون

راجہ کا دربار گرم تھا۔ مقدمات کی سماعت ہو رہی تھی۔ دو کمسن خوبصورت لڑکے مستغیث بنکر حاضر ہوئے راجہ اُن کی طرف مخاطب ہوا۔ "لڑکو! تم کیا چاہتے ہو؟ اور اُنمیں سے اُس نے جو ذرا شوخ مزاج تھا۔ جواب دیا۔ "یہ راج ہنس جو راجکمار بغل میں لئے ہوئے ہیں۔ میرا ہے۔ مگر یہ مجھ کو نہیں دیتے سب سمجھا کر تھک گئے۔ اس لئے ہم دونوں عدالت میں حاضر ہوئے ہیں۔ آپ کے ہاتھ ہمارا

انصاف ہے"۔

راجہ نے نابالغ لڑکوں کو توجّہ کی نگاہ سے دیکھکر پُوچھا "دیودت! کس قانون کی رو سے تم اس راج ہنس کے دعویدار ہو؟" دیودت بولا "زبردستی اور طاقت کے قانون سے اس پر میرا حق ہے آپ سنئے پرسوں صبح کا وقت تھا جب آسمان پر راج ہنسوں کا جُھنڈ منڈلاتا ہوُا اُڑا چلا جا رہا تھا۔ راجکمار سدھارتھ اُنکو دیکھکر خوش ہوُا اور اپنی عادت کے موافق اُنکے رنگ روپ آواز وغیرہ پر وچارنے لگا۔ میں نے اپنی کمان ہاتھ میں لی اور میرے کبھی نہ خطا کرنیوالے تیر نے اسکو زخمی کرکے زمین پر گرا دیا۔ چونکہ میں نے اس کو تیر کا نشانہ بنایا تھا اسلئے یہ میرا ہے۔ راجکمار کا نہیں ہے"۔

راجہ نے دوسرے لڑکے کی طرف جو مزاج کا حلیم تھا۔ نظر کی "سدھارتھ! تم بتا دو۔ کس قانون کے رُو سے یہ پرندہ تمہارا ہے؟" اور آئندہ زمانہ کے رُوحانی مُعلم نے خوش آئند لہجہ میں جوابدیا۔ مہاراج! میں رحم اور دیا کے قانون سے اس کا دعوے کرتا ہوں۔ یہ سچ ہے۔ دیودت نے اسکو مارا۔ مارنا دراصل ایک چیز کے ضائع کر دینے کا نام ہے۔ نہ وہ مارنے والے کی رہتی ہے۔ نہ اوروں کی۔ تڑپتا ہوُا

راج ہنس زمین پر آ رہا۔ اُس کے پر خون کے بہنے سے رنگین ہو رہے تھے۔ مجھکو ترس معلوم ہؤا میں نے جھپٹ کر دَیا بھاو سے اسکو مرنے سے بچا لیا۔ اس لئے یہ میرا ہے۔ راجہ شُدّھودھن مقدمہ سُن کر متعجب ہؤا۔ وزیروں سے مخاطب ہو کر پوچھنے لگا "تم بتاؤ ان میں سے کون صحیح اور کون غلط ہے؟" وزیر خاموش ہو گئے۔ اتفاق سے دربار میں ایک سادھو موجود تھا اس نے ہنس کر کہا "اس مقدمہ کا فیصلہ راج ہنس کی شہادت پر چھوڑنا چاہئے۔ جس کے بلانے سے وہ اُس کے پاس آ جائے اُسی کا ہے"

راج ہنس کو آزاد کیا گیا۔ سب سے پہلے دیودت نے اُس کو بلایا۔ مگر اُس نے اپنا رُخ پھیر لیا۔ مگر جس وقت سدھارتھ نے ہاتھ کا اشارہ کیا۔ سمجھ دار ہنس پروں کو پھڑپھڑاتا ہؤا اُس کے پاؤں کے پاس آ کر محبت کا اظہار کرنے لگا۔ اور راجکمار نے اسکو اپنی گود سے چمٹا لیا ✦

اس قسم کا نظارہ دیکھنے والوں کے لئے خاص قسم کا لطف رکھتا ہے۔ حق چاہے کسی کا رہا ہو۔ مگر رحم اور دَیا کے خیال نے دلوں کو متاثر کر دیا ✦

راج ہنس سدھارتھ کا ہو گیا اور اُس نے ہنس کو اُونچا کر کے کہا۔ "اے ہمالیہ کے آزاد پرند!

تو اپنے وطن کو واپس جا۔ تیرے عزیز اور دوست
گھبراتے ہونگے۔ میں چاہتا تھا کہ تو میرے پاس میرا
ہو کر رہے۔ مگر تیرے بچوں کے خیال سے میں تجھ
کو آزاد کرتا ہوں۔ اب میرا بھائی تجھ کو نہ ستاویگا"
اور جانور اپنے بال و پر کو پھیلا کر اوپر کی طرف
اُڑا۔ اور کم سن "سدھارتھ" کو احسان کی نگاہ سے
دیکھتا ہوُا تھوڑی دیر بعد نظر سے اوجھل ہو گیا۔
درباری خاموش تصویر حیرت بن گئے اور سدھارتھ
محبت اور پریم سے اپنی باہیں اپنے ماموں زاد
بھائی دیودت کے گلے میں ڈال کر ہنسی خوشی کے
ساتھ محل میں آیا۔ اُس وقت سدھارتھ کی عمر
پانچ چھ برس سے زیادہ کی نہیں تھی +
یہی سدھارتھ تا بعد زمانہ میں گوتم بدھ کے نام
سے مشہور ہوُا۔ سچ ہے:۔
ہونہار بروا کے چکنے چکنے پات

۴۔ راجہ اور سادھو

رات کا وقت تھا۔ سوائے چوکیدار اور پہرے
والوں کے سب نیند میں سرشار تھے۔ نوکر چاکر
اور تمام شاہی ملازم خراٹے کے سانس لے رہے

تھے۔ راجہ کو البتہ نیند نہیں آئی۔ وہ کروٹیں بدلتا رہا۔ چھپرکھٹ پر مخمل کا گدا بچھا ہوا تھا۔ جتنے عیش و عشرت کے سامان دولت یا حکومت سے حاصل کئے جا سکتے ہیں۔ سب موجود تھے مگر راجہ کو نیند نہیں آتی تھی۔ جو لاکھوں پر راج کرتا تھا۔ جس کے پاس بیشمار دولت تھی۔ رانی۔ راجکمار رعیت جس کو تین مرتبہ جُھک کر سلام کرتے تھے۔ اُس کو نیند نے اپنی مہربانی کا مستحق نہیں سمجھا تھا۔

پلک سے پلک نہیں جھپکی۔ وہ ادھر اُدھر دیر تک پھرتا رہا۔ مگر آرام کہاں! کیونکہ سلطنت کے جھگڑے اور بکھیڑوں نے اُسکے دماغ کو پراگندہ کر رکھا تھا۔ سر میں حد درجہ کی حرارت تھی۔ وہ ہزار کوشش کرتا تھا کہ نیند آ جائے اسکو کچھ آرام ملے۔ مگر آرام کہاں تھا۔ سب سو رہے ہیں۔ اُسکی رعیّت میں سے ادنےٰ سے ادنےٰ آدمی تک سویا ہوُا تھا۔ مگر اُس کی حالت غیر تھی۔ بار بار وہ پلنگ پر جا کر لیٹ رہا۔ مگر نیند نہیں آئی۔ اور نہ اس کے دل کو قرار آیا۔

صبح کے وقت جب سورج طلوع ہو رہا تھا راجہ نے اپنے بالا خانہ کے نیچے نگاہ کی۔ ایک آدمی

نظر آیا۔ جو راکھ کے تودہ پر پڑا ہؤا بے خبری کی نیند سو رہا تھا۔ راجہ نے حیرت کے لہجہ میں کہا۔"یہ کیا بات ہے۔ یہ بدنصیب کمبخت اس طرح سویا ہؤا ہے اسکے جسم کے تلے نہ بستر نہ اوپر چادر ہے اور ایک میں جسکو مخملی پلنگ پر بھی نیند نہیں آتی"۔

راجہ کچھ دیر تک سونے والے کو بغور دیکھتا رہا۔ جب سورج اچھی طرح نکل آیا اُس نے بےصبری سے کھڑکی کے دروازے کو کھولکر سونے والے کو آواز دی "اے خانماں آوارہ شخص! تو بتا کسطرح راکھ کے ڈھیر پر پڑا ہؤا تو اس بے خبری کی نیند سو رہا ہے"۔ مگر سونے والے نے ذرا بھی جنبش نہیں کی اور نہ اُس نے راجہ کی آواز کو سُنا۔

تب مہاراجہ نے اپنے ایک نوکر کو بُلا کر حکم دیا۔"جا۔ اس سونے والے کو جگا کر لے آ۔ میں دیکھوں یہ کس قسم کا انسان ہے"۔

نوکر اُس کے پاس گیا اور دیکھا یہ اُن فقیروں میں سے ہے جو دنیا میں گھومتے پھرتے رہتے ہیں۔ اور ضرورت و خواہش کے موافق لوگوں کو دھرم کی ہدایت کرتے ہیں۔ سوائے پر اُپکار کے انکی زندگی کا کوئی ماحصل نہیں۔ نوکر ڈرا۔ سادھو کا جگانا اچھا نہیں ہے۔ مگر راجہ کا حکم مل چکا تھا۔ مجبوراً اُس نے

پاس آکر اُس کے کان میں جُھک کر کہا۔ بھگوان! مہاراج بالاخانہ پر کھڑے ہوئے آپکو یاد کر رہے ہیں۔ نہ اُن کو دن کو چین نہ رات کو نیند آتی ہے۔ انتظام سلطنت کی جواب دہیوں نے پریشان کر رکھا ہے۔ آپ معاف کیجئے۔ میں آپ کی نیند میں خلل انداز ہوا۔ اور مہربانی کرکے کھڑکی کے پاس چلئے۔ جہاں مہاراج آپ سے کچھ پوچھیں گے۔"

سادھو اُٹھ کھڑا ہوا۔ اور ترش رو ہو کر اُس راجہ کے پاس جا کر کہنے لگا۔ "تو نے مجھ کو کیوں بلا سبب جگایا۔ نادان! تو نہیں جانتا سوتے ہوئے کو جگانا بُرا ہے؟"

راجہ کے ساتھ کسی کو کب اِسطرح بیباکانہ گفتگو کرنیکی جرأت ہوئی تھی۔ یہ اُس کی زندگی میں پہلا واقعہ تھا۔ تاہم وہ فقیر کی سادگی اور بےخوفی پر ہنستا رہا۔ اُسکے دل میں غصہ نہیں آیا۔ وہ جانتا تھا سادھو دل کے پاک ہوتے ہیں۔ جب غصہ کا اظہار کرتے ہیں تب بھی اُنکے دل میں بُرائی نہیں رہتی۔ اُس نے کہا۔ "سوامی! میں نے آپکو کسی خاص سبب سے تکلیف دی ہے۔ میں جانتا ہوں تم بہت دانا اور تجربہ کار سادھو ہو۔ تم میرے سوال کا جواب دے سکوگے۔ میں نے دیکھا تم راکھ پر پڑے ہوئے ہو۔ میں اس

بستر کو کبھی پسند نہیں کرتا۔ مگر جب میں نے دیکھا۔ آپ کیسی گہری نیند میں سوتے ہو۔ مجھ کو حیرت اور تعجب ہوا۔ میں آپ سے یہ پوچھنا چاہتا تھا کسطرح اس مٹی کے تودہ پر لیٹے ہوئے آپکو نیند آتی ہے"۔

سادھو نے راجہ کی شکل و صورت کی طرف غور کیا اُس میں خود غرضی اور تکان کے شکن پڑے ہوئے تھے۔ اور اُس کی اندرونی حالت کا اُس کی باہری شکل سے پورا پورا اظہار ہو رہا تھا۔ اسکے بعد اس نے راجہ کی مخملی توشک خوبصورت پلنگ اور عیش و آرام کے سامان کی طرف نظر ڈالی اور پھر جواب دیا "کسی کسی حالت میں میں تیرے برابر ہوں۔ بعض باتوں میں میں تجھ سے بہتر ہوں"۔

راجا نے پوچھا "کس طرح؟"

سادھو بولا "جونہی میں نیند میں گیا اپنے جسم اور اپنے بستر کا خیال میرے دل سے بالکل جاتا رہا۔ مجھ کو یہ ہوش نہیں رہا۔ کہ میرا جسم کس قسم کی جگہ پر پڑا ہے۔ اور میرا بچھونا تیرے بستر سے کم آرام دہ نہیں تھا۔ مگر اور بات میں میں تجھ سے بہتر تھا کیونکہ مجھ کو فکر و تردد نہیں ستاتا۔ تو دکھوں سے پریشان ہے۔ تجھ کو نیند نہیں آتی۔ نہ کسی قسم کا سُکھ دل پریشانیوں سے بھرا رہتا ہے۔ میں ایسا نہیں

ہوں۔ اس بات میں میں تجھ سے ہزارہا درجہ بہتر ہوں"۔

راجہ نے کہا:" اے پاک و قابلِ تعظیم سادھو! تم مجھ کو بتا دو۔ میں سچ مچ مصیبت میں مبتلا ہوں۔ میرے گوشت و پوست میں ہر وقت جنگ ٹھنی رہتی ہے۔ مجھ کو نیند نہیں آتی۔ نہ مجھ میں شانتی ہے۔ تم راکھ پر پڑے ہوئے سُکھی ہو۔ تمہاری صورت سے خوشی کی کرنیں پھوٹ کر نکل رہی ہیں۔ تم شانت ہو نہ تمہارا گھر ہے نہ دوار ہے۔ پھر بھی تم کو فکر نہیں ہے۔ تندرستی اور خوشی تمہارے حصّہ میں آتی ہے۔ اے پر اُپکاری گورو! تم مجھ کو سُکھی رہنے اور سُکھ کی نیند سونے کا سبق سکھاؤ۔ میں تمہارے اُپدیش کا مستحق بنا چاہتا ہوں۔

اور سادھو نے سنجیدگی سے جواب دیا:" تو سچّا راجا بن جا۔ من پر اختیار حاصل کر لے۔ قوّتِ اِرادی کی پختگی تجھ کو طاقت دیگی۔ اور جب تو چاہیگا نیند اُسی وقت ہاتھ باندھے کھڑی رہیگی۔ اسوقت تو سچا راجہ نہیں ہے"۔

راجہ نے پوچھا:"کس طرح؟"

سادھو بولا۔ نظر اونچی کر۔ کُتّا مت بن۔ ناقص ہڈیاں کتوں کے حوالے کر۔ وہ آپس میں لڑتے جھگڑتے

رہیں تو اس دنیا کی حالت کو سمجھ کر چت کی ورتی کو روکنا سیکھ لے۔ دنیا میں رہ دنیا کا ہو کر مت رہ راج کاج کا کام کر۔ ضرورت سے زیادہ کسی کام کا بندھن رکھنا مناسب نہیں ہے۔ جہاں سارا وقت دنیا کے کام دھندوں میں صرف کرتا ہے۔ کچھ تھوڑا سا وقت ہر روز آتما کے سوچ وچار کے لئے دیا کر۔ جنک کی طرح راج بیوہار کر اور تجھ کو یہ شکائتیں پھر نہ ستائیں گی۔ اور تو دنیا میں بھی سکھی رہے گا۔ اور پرلوک کو بھی حاصل کر سکیگا ✣

جیسے جل میں کنول نرالم مُرغابی نسانئے
سُرت شبد بھو ساگر تریئے نانک نام بکھانئے

۵۔ جادو کا پٹارہ

دربار عام کا دن تھا۔ وزیر امیر۔ خاص وعام سب حاضر تھے۔ راجہ نے حکم دے رکھا تھا۔ ہر شخص خود حاضر ہو۔ اسکے سامنے اپنا استغاثہ پیش کرے۔ براہِ راست اپنے ظلم کی کہانی سناوے جو کچھ کہنا ہو دو بدو راجہ سے کہے۔ تاکہ وہ خود اُن کے ساتھ انصاف کرے ✣

راجہ تختِ شاہی پر بیٹھا ہوُا تھا۔ داہنی طرف

وزیر اعظم کی کُرسی تھی۔ جو کوئی آ کر فریاد کرتا۔ راجہ غور سے اُس کی سُنتا۔ ہنستے ہوئے اُس کی دلجوئی کرتا اور انصاف کا وعدہ کرتا تھا۔ اس دن نیک راجہ نے کتنے آدمیوں کے دل کو خوش کیا۔ کتنے ستائے ہوئے مظلوموں نے اُسکو دعائیں دیتے ہوئے پایہ تخت کو بوسہ دیا*

سنگھاسن سے تھوڑی دُور پر ایک شخص میلے کچیلے کپڑے پہنے کھڑا تھا۔ اُس کی نگاہ راجہ پر تھی۔ یہ معلوم ہوتا تھا کہ وہ کسی دُور دراز گاؤں کا رہنے والا تھا۔ مگر شاہی شان و شوکت نے اس کے دل پر اس قدر گہرا اثر پیدا کر لیا تھا کہ وہ ظاہرا اپنے آنے کی غرض تک کو بھول گیا تھا۔ نہ وہ راجہ کے پاس گیا نہ اُس سے کچھ درخواست کی*

اتنے میں راجہ اپنے وزیر اعظم سے مخاطب ہو کر پوچھنے پر لگا "کیوں جی! دنیا میں انسان کی تن آسانی کا بہتر ذریعہ کس سے ہاتھ آتا ہے"؟ وزیر نے جواب دیا "خداوند! بیوی سے کیونکہ کہا گیا ہے ہر کہ زن ندارد آسائش تن ندارد۔ میلے کچیلے کپڑے پہنے ہوئے آدمی کی زبان اُسی وقت کھل گئی۔ اور اُس نے بلا تامل چپکے سے کہا۔

بشرطیکہ بیوی پارسا ہو۔ کیونکہ اگر وہ عصمت پرست

نہیں ہے تو شوہر کی بربادی اور تباہی کا باعث بھی عورت ہی ہوا کرتی ہے *

نہ ہر زن زن است نہ ہر مرد مرد
خدا پنج انگشت یکساں نہ کرد

راجہ مُسکرایا اور اُس نے وزیر سے مخاطب ہوکر پھر پوچھا "کیوں جی! دنیا میں سب سے زیادہ کارآمد کیا چیز ہے؟" وزیر نے جواب دیا "حضور دولت سے زیادہ کیا مفید سے ہو سکتی ہے؟ کہا گیا ہے ؎

ہر کہ زر ندارد از نعمتِ دنیا خبر ندارد"

میلے کچیلے آدمی نے پھر چپکے سے کہا۔ بشرطیکہ روپیہ ہاتھ میں ہو۔ اور انسان اس کے استعمال کا راز جانتا ہو۔ ورنہ

برائے سگ نہادن چہ سنگ وچہ زند"

راجہ نے اُس بد حیثیت شخص کی طرف نگاہ کی۔ اُس نے بھی سُن رکھا تھا "جورو ساتھ کی دولت ہاتھ کی" اور اُس شخص کے جواب سے اس کو بہت خوشی حاصل ہوئی۔ اُس نے ہاتھ کے اشارہ سے اس کو پاس بُلایا اور کہنے لگا "تو کون ہے؟ اور یہاں کیوں آیا ہے؟ سب نے اپنی اپنی درخواست گذار لی۔ صرف تو نے نہ مجھ سے کچھ مانگا۔ نہ اب تک سوال کیا۔ میں تیرے لئے کیا کروں؟"

اُس شخص نے سر کو نیچا کر کے جواب دیا۔
"خداوند! میں کبھی آپ سے مدد کا سوال نہ کر سکتا۔ نہ
یہاں آتا۔ میں صرف اپنی بیوی کے خیال سے یہاں
آیا ہوں۔ جو مجھ کو دنیا میں سب سے زیادہ عزیز ہے
میں پنڈت (عالم) ہوں۔ میری دولت کتابیں ہیں۔
میں رات دن کتابوں ہی کے مطالعہ میں مصروف
رہا۔ مجھ کو دنیا کی دولت کی ہوس نہیں تھی۔ میں
صرف گیان کے لئے کوششیں کرتا رہا۔ مجھکو مفلسی
کا خوف نہیں۔ نہ ناداری کی فکر تھی۔ میں اپنی عورت
کیلئے جب تک خورش و پوشش کا بآسانی انتظام
کر سکتا تھا۔ مجھ کو اور کسی بات کا خیال تک نہیں
ستاتا تھا۔ میری عورت دنیا میں بڑی دھرماتما ہے۔
میں اُس کو دیکھکر خوشی سے زندگی بسر کرتا تھا۔ کل
وہ سخت بیمار ہو گئی نہ کھانے کا سامان پاس ہے
نہ دوا علاج کا ٹھکانا ہے میں آپ سے مدد
مانگنے نہیں آیا ہوں۔ ہاں آپکی خدمت کرنے آیا
ہوں۔ میں آپکو دماغی و روحانی غذا دونگا۔ آپ
مجھ کو میری بیوی کی پرورش کے لئے سامان دیجئے۔
تاکہ تبادلہ کے قانون کا برتاؤ ہم اور میری پیاری
بیوی پھر تندرست ہو کر پہلے کی طرح مسکراتی ہوئی
میری روح کو خوش رکھ سکے"۔

جس کے جسم پر چیتھڑے لپٹے ہوئے تھے۔ اور پھر بھی وہ اس جرأت کے ساتھ بادشاہ ملک سے خدمات کے تبادلہ کی نسبت گفتگو کر رہا تھا۔ وہ جلد درجہ کا سنجیدہ مزاج تھا۔ آنکھ سے روشنی برستی تھی۔ اور بات بات سے عقل و تمیز کا اظہار ہوتا تھا۔ راجہ نے وزیر سے کہا "میں اس کو اپنے دربار کے عالموں میں جگہ دیتا ہوں۔ تم دیکھو اس کی ضرورتیں رفع کر دی جائیں۔ اور اس کے لئے ایسے سامان مہیا کر دئے جائیں جو شاہی مصاحب کیلئے ضروری ہیں"

اس دن سے اس بے حیثیت آدمی کی حالت میں فرق آگیا۔ تمام راج میں زبردست دانشمند اور عالم مشہور ہوا۔ گو اس کے جسم پر اب چیتھڑے نہیں تھے۔ مگر اس نے اپنی کتابوں کو کبھی علیحدہ نہیں کیا اور جب کبھی راجہ کے کام سے فرصت ملتی وہ اپنا وقت مطالعہ میں صرف کیا کرتا تھا۔ سلیم الطبع۔ حلیم المزاج۔ نیک دل۔ خوش اخلاق۔ سب لوگ اس کو تعظیم اور محبت کی نگاہ سے دیکھتے تھے۔ مفلسی کے دن وہ اپنی بیوی کی نگاہ میں دیوتا تھا۔ اب وہ اس کو سنت سمجھنے لگی۔ دولت اور حیثیت سمجھنے لگی دولت اور حیثیت نے اسکی طرزِ رہائش میں تبدیلی ضرور پیدا کر دی مگر اسکی عادت و اطوار میں ذرا بھی فرق نہیں

آیا۔ جیسے وہ پہلے طالب علم تھا ویسے ہی اب بھی تھا۔ دل و دماغ اصلی حالت میں تھے۔ صرف جسم کے اوپر کا لباس تبدیل ہو گیا تھا ؞

راجہ اُس کی ذہانت۔ اُس کی سادگی اور اُس کی دانشمندی سے خوش تھا۔ تھوڑے ہی دنوں بعد وہ سلطنت کے کسی صیغہ کا وزیر مقرر کر دیا گیا۔ اور چونکہ وہ دل سے اپنے فرض کو انجام دیتا تھا۔ وہ صیغہ تمام صیغوں سے زیادہ کامیاب سمجھا جانے لگا ؞

درباری اُس کے حاسد ہو گئے۔ ایک بھکاری بھکشو کو یہ رُتبہ ملا۔ کہ وہ وزیروں کے ساتھ بیٹھے اور اُن پر حکومت کرنے لگا۔ یہ بات شاہی اہل کاروں کو پسند نہیں تھی۔ سرگوشیاں ہونے لگیں۔ راجہ کے کان بھرے جانے لگے۔ طرح طرح کی افواہیں اُڑنے لگیں۔ ایک شخص نے راجہ سے کہا۔" خداوند! یہ شخص بڑا جادوگر ہے۔ آپکو شیشہ میں جادو کی مدد سے اُتار لیا ہے۔ لوگ کہتے ہیں آپ کے پاس حاضر ہونے سے پہلے وہ اپنے گھر کی ایک کوٹھڑی میں جاتا ہے جو ہر وقت مقفل رہتی ہے۔ اُس میں ایک چاندی کا چھوٹا صندوقچہ ہے وہ اُس کے جادو کا پٹارا ہے۔ اُس کو کھولکر عمل شغل کرتا ہے اُس کے بعد آپ کے پاس آتا ہے۔ اگر یہ جادوگر نہ ہوتا تو اتنی جلدی وزیر کیسے بن جاتا؟

حضور ہوشیار رہیں۔ بھیک مانگنے والے اتنی جلدی ترقی نہیں کر سکتے۔ یہ صرف جادو کا کرتب ہے آپ اسکے بس میں ہیں۔ اب وہ آپ کا وزیر ہو گیا ہے آئندہ کون جانے۔ کیا فکر کرے۔ اُس کے پٹارے سے غافل نہ رہنا چاہئے۔

پہلے تو راجہ اپنے درباریوں اور مشیروں کی سادگی پر ہنستا رہا۔ مگر جب ایک بات بار بار کہی گئی اور اُس کے رشتہ دار عزیز و اقارب بھی خوف میں آکر کان بھرنے لگے۔ اُس کے دل میں بھی کسی قدر شبہ اپنے وزیر کے برخلاف پیدا ہوا۔ ایک دن وہ تمام شکایت کرنے والے درباریوں سے مخاطب ہوکر کہنے لگا" میں تمہاری شکایات سنتے سنتے گھبرا گیا۔ آج چلو ہم سب خود اُس کے جادو کے پٹارہ کی تلاشی لیں"

مشیر اور وزیروں کو ساتھ لے کر وہ اُس دانشمند کے گھر کی طرف گیا۔ اُس سادہ مزاج شخص نے عزت اور محبت کے ساتھ سب کا خیر مقدم کیا۔ یہ وہی گھر تھا جو راجہ نے اُسکو دیا تھا۔ جب صاحب سلامت ہو چکی راجہ نے کہا" تم بلا تامل میرے دربار میں چلو۔ چند نہایت اہم معاملے پیش آ گئے ہیں۔ میں تم سے رائے لینا چاہتا ہوں"

اُس نے سوچ کر راجہ سے کہا" اگر حضور اجازت

دیں تو میں دو لمحہ کے لئے تنہائی میں جا کر ذرا سوچ
لوں، پھر حاضر ہوں "
یہ کہنا تھا کہ درباری آپس میں آنکھوں سے اشارہ
کرنے لگے۔ راجہ نے کہا " میں چاہتا ہوں کہ میرے
ساتھ جلد چلو "
اُس نے پھر پس و پیش کیا۔ اور مؤدبانہ لہجہ میں
عرض کی " خداوندا! صرف ایک لمحہ کے لئے اندر جانے
کی اجازت عطا کی جائے "
راجہ کے دل میں طرح طرح کے خیالات پیدا ہوئے
اُس نے پوچھا " تنہائی میں جا کر تو کیا کریگا؟"
اُس نے جواب دیا " خداوندِ نعمت! صرف ایک لمحہ
بات ہے۔ ذرا میں اس کمرہ میں جا کر ابھی حضور کے ساتھ
محل کی طرف چلتا ہوں "
درباری خوشی سے دل ہی دل میں اُچھلنے لگے۔ راجہ
اُٹھ کھڑا ہؤا اور کہنے لگا " دوست! میں بھی تیرے
ساتھ ساتھ چلونگا "
وزیر ڈر گیا کہنے لگا " حضور تکلیف نہ کریں جہاں
میں جاتا ہوں وہ جگہ حضور کے قابل نہیں ہے۔ حضور
میری اس میں اصلی دولت ہے۔ حضور کی نگاہ میں اُس
کی قدر نہ ہوگی "
راجہ نے سمجھا۔ افواہ صحیح ہے۔ یہ شخص ضرور جادوگر

ہے - اُس نے ضد کیا - کہ مجھ کو بھی ساتھ ساتھ لے چلو
سب اُس کمرے میں داخل ہوئے - نہ وہاں فرش و فروش
کا سامان تھا - نہ دولت و حشمت کی کوئی چیز تھی - الماریوں
میں کتابیں چُنی تھیں - ایک طرف چاروں وید رکھے ہوئے
تھے - دوسری طرف برہمن گرنتھ تھے - تیسری طرف اُپنشدیں
اور درشنوں کے رسالے تھے - چوتھی طرف نظم و ناٹک کی
کتابیں تھیں - کمرہ کے بیچ میں ایک چاندی کا پٹارہ رکھا
تھا - وزیر نے راجہ کی طرف نگاہ کی - راجہ نے حیرت
سے اُس کی طرف دیکھا مگر کسی نے کوئی بات نہیں کی -
اُس نے پٹارے کے ڈھکنے کو اُٹھایا - اُس کے بھیتر پھٹے
پُرانے کپڑوں کا بنڈل رکھا ہُوا تھا +

راجہ نے حیرت اور خوف کے لہجہ سے پوچھا "یہ کیا
ہے ؟"

اُس نے کہا " خداوندِ نعمت ! یہ وہ کپڑے ہیں - جو
میں مُفلسی کے زمانے میں پہنا کرتا تھا - میں نے اُن کو
رکھ چھوڑا ہے - تاکہ روزانہ اُن کو دیکھکر بھول نہ جاؤں
کہ میں پہلے کون تھا - آپکے دربار میں جانے سے میں تھوڑی
دیر کے لئے ان کو دیکھ لیتا ہوں - کبھی پہن بھی لیتا
ہوں - تاکہ یاد رہے کہ میری پہلی حالت کیا تھی - یہ
مجھ کو یاد دلاتے رہتے ہیں - کہ میں کون تھا - اب
کیا ہوں - مفلسی کیا حالت ہوتی ہے - دولت کیا چیز

ہے اور صرف اسی بات کے برابر یاد رکھنے کے لئے
میں نے ان کو بڑی احتیاط کے ساتھ رکھ کر چھوڑا ہے"
راجہ نے تعجب اور حیرت سے اس کی بات کو سُنا۔
اور تمام وزیروں کے ساتھ دربار میں واپس آ کر نفرت
اور حقارت کے ساتھ اُنکو کہا۔ دوستو! ایس جادو کی
کوٹھڑی کو دیکھ آیا۔ جادو کا پٹارہ بھی میری نگاہ سے
گذرا۔ جادو کی چیز بھی میں نے دیکھی۔ اب میں اس
جادوگر کو جس کی روز بروز شکائت کرتے تھے۔ سزا
دینے کو تیار ہوں۔ سزا یہ ہے کہ آج سے یہ شخص
میری تمام سلطنت کا وزیر اعظم مقرر کیا جاتا ہے۔
اور تم سب لوگ اس کو میرا نائب اور مدار المہام
سمجھو "

۶۔ رام کی موج

کسی گاؤں میں ایک دولتمند زمیندار رہتا تھا۔
اُس کے ایک ہی لڑکا تھا۔ جو حد درجہ کا ذہین۔
نیک اور فرمانبردار تھا۔ ماں باپ اس کو دل سے پیار
کرتے تھے۔ اور مالک سے ہمیشہ اس کی بہتری و ترقی
کیلئے دعائیں مانگا کرتے تھے۔
اتفاق سے ایک دن لڑکا سخت بیمار پڑ گیا۔ اُس

کی حالت بگڑتی گئی۔ ماں باپ سخت گھبرا گئے۔ کیونکہ اُسکے سوا اُنکی اور کوئی اولاد نہ تھی۔

اسی گاؤں کے کنارے پہاڑ کے دامن میں برسوں سے ایک سادھو رہتا تھا جو پاک دل اور پاک خیال سمجھا جاتا تھا۔ آس پاس کے آدمی اُس کے پاس اُپدیش پانے کے لئے آتے رہتے تھے۔ لڑکے کا باپ پریشان ہو کر اُس سادھو کے پاس اپنے دُکھ درد کا قصّہ سُنانے آیا اور ساشٹانگ ڈنڈوت کرکے بولا:۔

مہاتمن! میرا اکلوتا بیٹا قریب المرگ ہے۔ آپ دُعا دیجئے۔ تاکہ اُس کی جان بچ جائے۔ اور ہم سب لوگ اُسکی سلامتی میں خوش ہوں۔"

سادھو نے زمیندار کو دیکھا اور آسمان کی طرف ہاتھ اُٹھا کر پریم اور بھگتی کے لہجہ میں کہا "رام! تیری اِچھا پورن ہو۔ جو تو کرتا ہے اچھا ہی کرتا ہے۔ بھگوان! سب کام تیری موج کے موافق ہونا چاہیئے۔

زمیندار نے بے صبری سے یہ باتیں سُنیں۔ اور دل میں ناراض ہو کر کہنے لگا:۔

"گاؤں میں سب لوگ اس کو سنت کہتے ہیں۔ میں اُس کے پاس اس غرض سے آیا کہ یہ مجھ کو تسلی دے اور میرے لڑکے کے لئے دعائیں کرے مگر یہ میرے بیٹے کے قریب المرگ ہونے کی خبر سُن کر کہتا ہے کہ جو

رام کرتا ہے اچھا ہی کرتا ہے۔ گویا میرے لڑکے کا مرجانا اُس کے نزدیک بہت اچھا ہے"۔

غمگین اور بد دل ہو کر زمیندار وہاں سے لوٹا اُس کے چلتے وقت سادھو نے پھر اُسی لہجہ میں کہا۔ رام! تیری اچھا پورن ہو۔ جو تو کرتا ہے اچھا کرتا ہے۔ بھگوان! سب کام تیری موج کے موافق ہونا چاہئے

کئی دن گذر گئے اور زمیندار رنج اور دُکھ کے صدمہ سے ستایا ہوا دوسری مرتبہ پھر سادھو کے پاس آیا۔ اور کہا۔ مہاتمن! میرا اکلوتا لڑکا مر گیا۔ وہ جو میری آنکھوں کا تارا تھا غائب ہو گیا۔ میں سخت دُکھی ہوں۔ مجھ میں اس دُکھ کے برداشت کرنے کی طاقت نہیں ہے تم مجھ کو تسلی دو تاکہ مجھ کو شانتی ملے۔ ہائے میرا لڑکا مر گیا؛

سادھو نے پھر اپنی آنکھیں آسمان کی طرف اُٹھائیں اور پریم بھگتی کے لہجہ میں کہنے لگا:-

"رام! تیری اِچھّا پورن ہو۔ جو تُو کرتا ہے اچھا ہی کرتا ہے۔ بھگوان کام تیری موج کے موافق ہی ہونا چاہیئے"۔

یہ سُن کر زمیندار کے دل میں غصّہ کی آگ مشتعل ہو گئی۔ اُس نے سمجھا "سادھو میرے ساتھ ہنسی اور ٹھٹھا کرتا ہے"۔ اور دل میں بدلہ لینے کا مصمم ارادہ

کرکے وہاں سے چلا آیا۔ رنج نے اُس کی عقل کو خراب کر دیا تھا۔ وہ اس اصول کو نہیں سمجھتا تھا جسکے سانچے میں سادھو نے اپنی زندگی ڈھال رکھی تھی ؛

رات کے وقت جب سب لوگ سو رہے تھے صرف آسمان اپنی آنکھوں کو کھولے ہوئے سوئے ہوئے عالم کو دیکھ زمیندار اُٹھ کھڑا ہوا اور اُس سادھو سے بدلہ لینے کی نیت سے دیکھتا تھا۔ اُسنے دل میں ٹھان لی" مَیں اِس سنگدل سادھو کو بغیر قتل کئے ہوئے نہ چھوڑونگا۔ یہ مکار قتل کے قابل ہے۔ دنیا اس سے ہمدردی کی اُمید رکھتی ہے۔ یہ مخول کیا کرتا ہے۔ لوگ اسکو پاک بزرگ سمجھتے ہیں مگر یہ اصل میں مکار اور دھوکا باز ہے۔ یہ بھیڑیا ہے جو بکری کی کھال اوڑھے ہوئے گلہ میں داخل ہو گیا ہے اِسکا مارنا ہی ثواب ہوگا ؛

اس طرح اپنے رنج کی وجہ سے اندھا بن کر وہ اس مقام پر آیا جہاں درخت کے تلے بیٹھ کر سادھو بھگوت بھجن کیا کرتا تھا۔ مگر حُسن اتفاق! اس وقت وہ وہاں موجود نہ تھا۔ اپنے معمول کے بر خلاف اس رات کو وہ ندی کے کنارے چلا گیا تھا جہاں ہر روز صبح اشنان دھیان کرنے جایا کرتا تھا جسوقت زمیندار یہاں بدلہ لینے کے مضبوط ارادہ سے اُس کا انتظار

کر رہا تھا۔ وہ غریب نیک مزاج سادھو دریا کے کنارے بیٹھا ہوا دھیان میں مصروف تھا۔ اُسکو خبر بھی نہ تھی۔ کہ دشمن جان کا پیاسا بن کر اُسکو مارنے آیا ہے +

اس دھیان کی حالت میں وہ اِسقدر محو ہو گیا تھا۔ کہ تن بدن تک کا خیال نہ رہا۔ زمیندار دیر تک جھونپڑے کے قریب ٹھہرا رہا۔ مگر جب سادھو نہیں آیا۔ اُس نے سوچا۔ چلو دریا کے کنارے چلکر دیکھیں۔ شاید وہاں نہ گیا ہو۔ اور جس وقت وہ واپس آنے لگا۔ میں جھاڑی میں چھُپا ہوا کود کر اُس کی گردن مروڑ دونگا۔ اور اُس ریاکاری کا ہمیشہ کے لئے خاتمہ کر دونگا +

اس عرصہ میں وہ مہاتما اپنی عبادت سے فارغ ہوا اور مست ہو کر حقانی راگ گاتا ہوا جھونپڑے کی طرف روانہ ہوا۔ رات بہت خوبصورت تھی۔ ستارے کھلے ہوئے تھے۔ سادھو اپنے جذبہ میں بے خود ہو کر جا رہا تھا راہ میں ایک آم کے درخت سے اس کا سر ٹکرا گیا۔ اُس نے کہا " رام! تیری اِچھا پُورن ہو۔ جو تو کرتا ہے۔ اچھا کرتا ہے۔ بھگون! سب کام تیری موج کے موافق ہونا چاہیئے۔ اس خفیف صدمہ سے تو نے میری ہدایت کی۔ کہ میں آج دوسری راہ سے ہو کر گھر جاؤں " یہ کہکر اُسنے دوسری راہ اختیار کی جو گھنے جنگل سے ہو کر گئی تھی +

زمیندار نے اُسکو دیکھ لیا۔ وہ بھی پیچھے پیچھے چلا آیا۔

نے سوچا" اب یہ کہاں بچ کر جا سکتا ہے۔ میں اُس کو پکڑ کر آج بغیر مارے نہ چھوڑونگا" اور اُس نے ہاتھ میں موٹا ڈنڈا لے کر اُس کا تعاقب کیا۔ وہ برابر سادھو کو دیکھتا رہا۔ اتنے میں وہ نظر سے غائب ہو گیا اور گھنے جنگل میں چھُپ رہا۔

زمیندار جھپٹا۔ دیکھتا کیا ہے کہ سادھو ایک ٹیلے کے نیچے گرا ہوا پڑا ہے۔ اُس کے سر سے خون بہ رہا ہے۔ چہرہ سفید ہو گیا ہے۔ مگر پھر بھی وہ اُسی پریم و بھگتی کے لہجہ میں جو اُس سے مخصوص تھا کہہ رہا تھا۔" رام تیری اِچھا پُورن ہو۔ جو تو کرتا ہے اچھا ہی کرتا ہے بھگون! سب کام تیری مَوج کے موافق ہی ہوں"

زمیندار نے سادھو کی باتیں سُنیں۔ اُس وقت اُس کو سمجھ آئی کہ سادھو کیوں یہ جملے ہمیشہ استعمال کیا کرتا تھا۔ اُس نے اپنے آپ کو پرماتما کی مرضی کے حوالے کر رکھا تھا۔ وہ اس قسم کا تقدس آب شخص تھا۔ جو مصیبت اور دُکھ کے وقت بھی پرماتما کے "اپار اور انت گیان" کا قائل ہو کر رضا اور تسلیم کے اصول کو ہاتھ سے نہیں دیتا تھا۔" رام! تیری اِچھا پورن ہو جو تو کرتا ہے اچھا ہی کرتا ہے۔ بھگون! سب کام تیری موج کے موافق ہو"

۱۔ جو خدا بالذت دہر سے دل بوالہوس ہے خطا طلب

کوئی باخطا بھی نہ بول ہؤا کبھی اپنے حق میں دعا طلب
۲۔ کرے دہر سے جو وفا طلب وہ ہے اپنے حق میں جفا طلب
یہ ہے ناسزا۔ یہ ہے بیوفا رہِ حق کی اس کو ہو کیا طلب
۳۔ جسے وصلِ یار کا شوق ہو جسے اُس سے ملنے کا ذوق ہو
کرے حق سے راہِ فنا طلب کرے دل سے آہِ رسا طلب
۴۔ جو تو مرے اپنی حیات میں تو وہ نیستی ہے ثبات میں
جو وفا قبل ممات ہے۔ نہیں پھر وہ جورِ قضا طلب
۵۔ در دل کو اپنے جو کھول دے کوئی پردہ گر نہ ہو سامنے
تو شعاع مہرِ نگار خود ترے گھر میں آئے بلا طلب
۶۔ رہِ جستجو میں ہو گم اگر۔ تو ملے نہ اپنی تجھے خبر
ترے ہوش اُڑتے کیواسطے کریں تجھ سے بالِ ہما طلب
۷۔ سیے دامن اس پہ جو اے صبا خضر قناعت و صبر کا
تو چراغ خاطرِ بوالہوس نہ ہو بادِ حرص و ہوا طلب[1]

زمیندار کا دل سادھو کے حیرت انگیز کلام کو سُن کر اُس کی رضا و تسلیم کی مضبوطی کو دیکھ کر اُسی وقت بدل گیا۔ اُس نے جھٹ پٹ سادھو کو پٹان کے ڈھیر سے نکالا۔ اس کی پیشانی کو پانی لاکر دھو دیا۔ اور اپنا رومال زخم پر کس کر باندھ دیا۔ اور پھر عاجزانہ اور حجابانہ لہجہ میں کہا:۔

"اے مہاتما! میں بُری نیت سے تیرے تعاقب میں آیا

---

[1] اقتباس از نظم طالب (آزاد)

تھا۔ میں یہاں تیرے زخم پہ پٹی باندھنے نہیں آیا تھا میرے
دل میں بدلہ کی آگ مشتعل ہو رہی تھی۔ میں نے تیری
بات پہلے نہیں سمجھی تھی۔ اب جا کر مجھ کو اُس کی سمجھ
آئی ہے۔ اے نیک بزرگ! تو اس قسم کا برگزیدہ انسان
ہے جو ایشور کے دئے ہوئے زہر کو بھی آبحیات سمجھکر
پی جایا کرتے ہیں۔ تو اپنی بے نظیر بھگتی کے خیال سے
میرے لڑکے کی موت میں چھپی ہوئی برکت دیکھی۔ جیسا
کہ تو خود اس وقت اپنی مصیبت کے وقت اپنی مثال
سے ثابت کر رہا ہے۔ مہاتمن! مجھ کو معاف کرو۔
میں گنہگار ہوں۔ پاپی ہوں۔ میں تیرے قتل کے
درپے تھا۔ چل میں تجھ کو تیرے آسن تک پہنچا آؤں"۔
اور اُس سادھو نے سر کو بلند کرکے کہا "رام تیری
اچھا پورن ہو۔ جو تو کرتا ہے اچھا ہی کرتا ہے۔ بھگون
سب کام تیری موج کے موافق ہونا چاہیئے۔ تو نے
اس وقت سولی کا کانٹا کر دیا۔ موت کی مصیبت کو
معمولی خراش کی صورت میں تبدیل کر دیا۔ پربھو! تیری
مایا اپرم پار ہے۔ تو نے اس آدمی سے بچنے کیلئے میری
راہ اس چٹان کی طرف پھیر دی۔ اس نے بے شک
غلطی سے مجھے مار دیا ہوتا۔ مگر تو نے اپنی دیا سے مجھ
کو بچا لیا۔ اور اُس کو مہربان بنا دیا۔ رام! تو جو
کچھ کرتا ہے اچھا کرتا ہے۔ تیری اِچھا پورن ہو۔

زمیندار اُس کے پاؤں پر گرا۔ اور پھر وہ تھوڑے
دنوں کے بعد بھگتی کے رنگ سے رنگ دیا گیا ﴿

۷۔ شانتی کا منتر

ہر سخن موقعہ و ہر نکتہ مکانے دارد
(ایک فلاسفر کا مقولہ)

کہتے ہیں کسی ملک کے باشندے اتنے بے چین اور
غمگین رہتے تھے کہ اُن کو کسی طرح یہ زندگی قابلِ
برداشت نہیں معلوم ہوتی تھی۔ زندگی کا تاریک پہلو
ہر وقت اُن کے سامنے رہتا تھا۔ اور وہ نہ تو
ایشور کی کائنات کی خوبصورتی کو دیکھکر مسرور ہوتے
نہ دنیا کے کسی فرحت بخش نظارہ سے خوشی حاصل
کرتے۔ اگر پانی برسنے لگتا تو وہ سیلاب کے خوف سے
گھبرا اُٹھتے۔ اگر گرمی کا موسم آتا۔ تو اُس کی شکایت۔
غرضیکہ صبح سے شام تک ہر شخص کی زبان کسی
نہ کسی تردّد کی شکایت کرتی رہتی تھی۔ کسی کو اچھے
نوکر نہیں ملتے تھے۔ کسی کا نوکروں کی بددیانتی سے
ناک میں دم تھا ﴿

ایک دن اتفاق سے ایک سادھو پہاڑ کی چوٹی
پر نمودار ہوُا اور وہاں سے اُس بدنصیب مُلک

کے آدمیوں کی حالت پر غور کرتا ہوا اپنے دل میں سوچنے لگا۔" چلو اُن کو اس رنج و الم کے ہاتھوں نجات دیں۔ اور شانتی کے منتر سے واقف کر کے اس بے قراری اور اضطراب کی حالت کو مٹا دیں"۔

جب وہ نیچے اُترا۔ سڑک پر ایک آدمی ملا۔ جو بہت بد حواس تھا۔ سادھو نے ہنس کر پوچھا"دوست کیوں پریشان ہو؟ کیا بات ہے؟" اُس نے جواب میں سر اونچا کیا۔ اور کہا۔ نہ دن کو چین نہ رات کو آرام۔ مصیبت کے ہاتھوں سخت تنگ ہوں۔ مَیں بادشاہ کا حجام ہوں۔ میں نے حکم دیا تھا۔ کہ شاہزادہ کی حجامت کے لئے موتی کے دستہ کا اُسترا تیار کرا دیا جائے۔ وہ اب تک نہیں بنا۔ اس دنیا میں مجھ سے زیادہ بد نصیب کون آدمی ہوگا"!

سادھو خاموشی اور حیرت سے دو لمحہ تک اُس آدمی کو دیکھا کیا۔ اور پھر بولا۔"دوست! سنو میں شانتی کا منتر جانتا ہوں۔ اگر تم کو اس کی واقفیت ہو تو تمہارا سارا غم بات کی بات میں غلط ہو جائے"۔

حجام کو سادھو کی بات کا یقین نہیں تھا۔ کہنے لگا"ممکن ہے دوسروں کو اس سے کچھ نفع پہنچے۔ میرے رنج و افکار خیالی و فرضی نہیں۔ جب وقت

پر اُسترا نہ ملے۔ کیسے ممکن ہے میرے دل کو چین آوے۔ سادھو نے پاس جا کر اُسکے کانوں سے لگ کر کہا"میں اس منتر کے لئے روپیہ لیتا ہوں"حجام سُن کر چونک پڑا"اِس قدر بڑی رقم"، مگر پھر ضبط کر کے بولا"اچھا مجھ کو یہ راز بتا دو۔ میں شہر میں چل کر تم کو روپیہ گن دونگا"

سادھو بولا"رام رام! تم سمجھتے ہو اس قدر قیمتی راز تم کو سڑک پر بتایا جائے۔ اس وقت تم گھر جاؤ۔ تین دن تک متواتر روزہ رکھو۔ اور شانتی کے مضمون پر غور کرتے رہو۔ اور جب تعظیم اور اعتقاد کے ساتھ میرے پاس آؤگے تب میں تمکو شانتی کے منتر کا اُپدیش سُناؤنگا۔

حجام شرمندہ ہو گیا۔ سچ مچ اُس نادان نے سمجھا تھا۔ کہ"شانتی کا منتر"، کوئی معمولی سی چیز ہو گی۔ دونو خاموشی و سکوت کیساتھ وہاں سے روانہ ہوئے۔

حجام نے سادھو کی ہدایت پر عمل کیا اور تین دن برت رکھنے اور شانتی پر وچار کرنے کے بعد وہ ادب کیساتھ سادھو کے حجرہ کی طرف آیا۔ سادھو نے کہا۔ "اگر تم سخت سے سخت قسم کھاؤ کہ یہ منتر اور کسی کو نہ بتاؤگے تو میں تم کو اپنا چیلا کرونگا"حجام نے قسم کھائی تب سادہو پہاڑ کے خوشنما دامن اور فرحت بخش

وادی سے گذرتے ہوئے۔ سورج دیوتا کے جلال کو دکھلاتے ہوئے شانتی بھون میں لے گیا۔ جہاں وہ مرید بناتا تھا۔ دو دن تک کسی نے حجام کو نہیں دیکھا تیسرے دن دروازہ کھلا اور وہ ہنستا ہوا نکلا۔ چہرہ پر بشاشت کے آثار نمودار تھے۔ آنکھوں سے مسرت کا اظہار ہوتا تھا۔ جس نے دیکھا تعجب کیا۔

اسی دن شاہی محل میں وہ حجامت بنانے گیا بادشاہ کا چچا نہایت فکر و تردد کی حالت میں تھا۔ رنج کی وجہ سے اس کے چہرے پر اتنے شکن پڑ گئے تھے کہ حجام کو اُسترا لگانا مشکل معلوم ہوا اور وہ کہتا جاتا تھا اس دُکھدائی دنیا میں کسی کو کیسے چین مل سکتا ہے۔ اُمید کی جاتی ہے کہ آج نہیں تو کل کچھ آرام ملے گا۔ مگر

مشکل ایں است کہ ہر روز بتر مے بینم

میں بڈھا ہوں۔ میری ضرورت کے سامان ضرور مہیا ہو جانے چاہئیں مگر نہیں۔ کون سنتا ہے۔ میری گاڑی ٹوٹ گئی گھوڑا لنگڑا ہو گیا۔ مجھکو جانا ہے۔ میں یقین کرتا ہوں بارش ضرور ہو گی۔ یا مصیبت! کہیں تیری حد بھی ہے؟ کوئی میرے سفید بالوں کا لحاظ بھی نہیں کرتا۔

حجام کے دل میں ترس آیا۔ اُس نے چپکے سے اس سادھو کا ذکر کیا جو شانتی کا منتر بتاتا تھا۔ بادشاہ کا چچا بھی اُس کا مُرید بن گیا اور اُس کی

شانتی اور سنجیدگی لوگوں کی حیرت کا باعث ہوئی پھر سادھو کے حجرہ کے قریب وہ بھیڑ اکٹھا ہونے لگی کہ تل رکھنے کو بھی جگہ نہیں ملتی تھی۔ اور باری باری سے سب نے اُس کی شاگردی قبول کی اور تمام مُلک میں شانتی اور امن و امان کی روح پھونکدی گئی پہلی بداطمینانی و بےچینی کافور ہو گئی۔ اور جب شاہی خاندان کا کوئی وارث نہ رہا۔ باشندوں نے اتفاق رائے سے سادھو کو ہی بادشاہ بنانا چاہا۔ پہلے تو اس کو بہت کچھ اعتراض تھا مگر سب کا رُخ دیکھ کر اُس نے اُن کی درخواست منظور کر لی۔ اور اُسکے عہد میں کبھی کسی نے بھی کسی طرح کی شکایت نہیں کی ؂

اس سادہو کے ایک لڑکا تھا۔ اور جیسا کہ مشہور ہے "عقلمند کے گھر نادان اور ولی کے گھر شیطان" پیدا ہوتے ہیں۔ یہ لڑکا بھی نہایت بدتمیز اور نادان نکلا۔ تاہم بادشاہ کو کچھ فکر نہ تھی "بڑا ہونے پر اسی شانتی منتر کے اُپدیش سے سب کچھ درست ہو جائیگا"

وزیروں نے بادشاہ سے کہا۔ شاہزادہ عجیب قسم کا مخلوق ہے وہ کہتا پھرتا ہے کیسا منتر اور کیسا جنتر۔ کیسی شانتی کیسی براتنی! کسی سے کچھ نہ چھپاؤ۔ سانچ کو کیا آنچ! باطل عقائد کی بیخکنی کرو۔ صرف سچائی کی اشاعت ہو۔ اور چاہے بُرا ہو یا بھلا۔ سچ کے سوا مُنہ سے

کوئی بات نہ نکلے "
بادشاہ ہنسا اور کہا ابھی لڑکا ہے۔ نا تجربہ کار ہے وقت پر سب کچھ ہو جائیگا۔ اور اُن کی سمجھ میں آنے لگیگا کہ

ہر سخن موقع و ہر نقطہ مکانے دارد

شانتی منتر کے اُپدیش کے لئے اکیس برس کی عمر مقرر کی تھی۔ بادشاہ کو خیال تھا جب وہ اس عمر کو پہنچے گا منتر بنا دیا جائیگا۔ اور وہ باتمیز اور تجربہ کار ہو جائیگا۔

مگر دنیا میں کوئی کس بات کا اعتبار کرے ۔

ما در چہ خیالیم و فلک در چہ خیال

ابھی اکیس برس پورے ہونے پر نہیں آئے تھے کہ بادشاہ سلامت نے داعی اجل کو لبیک کہا اور بغیر شانتی منتر کا اُپدیش پائے ہوئے نوجوان ضدی اور پُر جوش لڑکے کو تخت پر بٹھا دیا گیا ۔

ممکن تھا۔ دیرینہ سال باپ کی تعلیم اثر پیدا کرتی کیونکہ وہ جانتا تھا۔ کس طرح منتر کا اُپدیش کیا جاتا ہے۔ دنیا میں زیادہ خرابیاں اس وجہ سے واقع ہوتی ہیں کہ لوگ مزاج شناس کم ہوتے ہیں۔ بہت سے ضعیف سفید ریش والے بڈھے اکٹھے ہوئے۔ اور نئے نوجوان بادشاہ کو شانتی بھون کی طرف لے چلے

جہاں منتر، کان میں پھونکے جانے کو تھا۔ نوجوان کی آنکھوں سے صاف ظاہر ہوتا تھا کہ وہ اس رسم کو حقارت سے دیکھتا ہے۔ وہ غلط فہمی سے اپنے باپ کو بھی فاترالعقل ۔ بداعتقاد اور کٹر سمجھنے لگا تھا۔ اور جب اُس کو منتر سُنایا گیا۔ اُس نے اپنے نوجوان اور گرم خون والے دل میں سوچا "یہ محض دھوکا ہے۔ فریب ڈھکوسلا ہے۔ میرا پہلا کام یہ ہوگا کہ میں اپنی رعایا کو اس باطل پرستی کے ہاتھ سے نجات دوں۔ اور ان کو بتاؤں کہ سچ سے بہتر کوئی مذہب نہیں ہے"

چیلا بنانے کا طریقہ یہ تھا:۔

برت رکھنے کے بعد انسان کا دل خود کسی قدر شانت ہو جاتا ہے اور اسی دم رسم ادا کرنے کے بعد گورو شاگرد کو لے جا کر کہتا تھا " دیکھو یہ دُنیا ناکمل ہے ۔ نہ کوئی اس کو کمل کر سکتا ہے۔ اس میں ہمیشہ کسی نہ کسی بات کی کمی رہیگی۔ پھر کیوں ہم ہر وقت شکایت کرتے رہیں ✦

لوگ شفاخانے بنواتے ہیں۔ شہر بساتے ہیں مدرسے تعمیر کراتے ہیں۔ باغ۔ تالاب۔ مندر۔ سرائے سب بنوا دیتے ہیں۔ اُمید کی جاتی ہے سب سُکھی ہونگے۔ مگر ایک بھونچال آتا ہے سب گر پڑتا ہے اور انسان کا ہوائی قلعہ منہدم ہو جاتا ہے۔ ایسی حالت میں

پھر کیوں ہم ہر وقت شکایت کرتے رہیں "*

ہم ایک آدمی کو خیرات دے کر سمجھتے ہیں۔ اسکا بھلا کیا اور وہ ہمارا شکریہ ادا کرے۔ اگر وہ ایسا نہیں کرتا تو ہم دُکھی ہوتے ہیں۔ بُرا بھلا کہتے ہیں۔ غریب ہمارا کیوں شکریہ ادا کرے۔ ہم نے اُسکا کیا اپکار کیا۔ وہ ہمارا محتاج نہ تھا نہ ہے۔ وہ ایشور کا بندہ ہے۔ ایشور اُس کا مالک ہے۔ اُسنے ہمارا اُپکار کیا کیونکہ اگر وہ نہ ہوتا تو ہم خیرات دیکر کس طرح اپنے دلکو فیاضی کی مشاقی کا موقع دیتے جو انسان کے بہترین اوصاف میں سے ہے۔ ایسی حالت میں پھر کیوں ہم ہر وقت شکایت کرتے رہیں *

لڑکے۔ بالے۔ جورو۔ متعلقین ہم کو اسواسطے ملے ہیں کہ ہم ان کی پرورش و پرداخت کرکے اپنے آپکو خوش رکھیں۔ دل راضی رہے کہ ہم نے اپنا فرض ادا کر دیا۔ ان میں سے بعض دُکھدائی ہیں۔ بعض اچھے بعض بُرے ہیں۔ سبکو ایک حالت میں رکھنا مشکل ہے کیونکہ سب کے کرم جُدا جُدا سب کے خواص و سنسکار جُدا جُدا ہیں۔ تم صرف اتنا کام کرو۔ اور کام دل سے کرو۔ ذاتی غرض و ذاتی نفع کا لحاظ نہ رکھو۔ ان میں سے کوئی تمہارا ساتھی نہیں ہے پھر ہم کیوں ہر وقت شکایت کرتے رہیں *

" دنیا کے باشندوں کے مذہب ۔ اعتقاد ۔ طرز روش جُداگانہ ہیں ۔ خیال کرنے کا ڈھنگ مختلف ہے ۔ یہ سوچنا کہ یہ سب ایک طریقہ اختیار کریں ۔ ممکن نہیں ہر شخص کا مذہب اُسکے مزاج و طبعیت کے موافق ہوگا ۔ دنیا میں مختلف قدرت کی جان ہے اور خیالی باتوں میں بالخصوص ہمیشہ اختلاف رہیگا ۔ سب کو ایک خیال قبول کرنے کے لئے مجبور کرنے سے گشت وخون ہوگا ۔ پھر ہم کیوں ہر وقت شکایت کرتے رہیں "

نوکر چاکر ۔ ماتحت ہمارے اور اپنے کرموں کے موافق ہمکو ملے ہیں ۔ اُنکے ساتھ صرف مناسب و موزوں برتاؤ ہو ۔ اگر کبھی بھول چوک ہو جاوے معاف کر دو ۔ ہر وقت کے کوسنے سے تم دُکھی رہوگے ۔ سوچو نوکر کے اخلاق کے درست کرنے اور رات دن اُسکو سخت و سست کہنے میں تمہارے بد اخلاق بن جانے کا خدشہ ہے ۔ ایسی حالت میں پھر کیوں ہم ہر وقت شکایت کرتے رہیں ۔

" دنیا کا کام ہوتا ہے ہوا کریگا ۔ کام دل لگا کر کرو ۔ نتیجہ ایشور کے سپرد کرو ۔ اگر کبھی کچھ بگڑ جائے خواہ کوئی چیز ہاتھ نہ آوے تو دکھی کیوں ہوتے ہو تمہارا فرض صرف کام کرنے کا ہے ۔ تم اوزار ہو ۔ تم کسی اور طاقت کے ماتحت ہو ۔ جیسے کل کے

پُرزے اپنا اپنا کام کرتے رہتے ہیں۔ تم بھی کام کرو اس سے زیادہ اپنی حیثیت نہ سمجھو۔ ایسی حالت میں پھر کیوں ہم ہر وقت شکایت کرتے رہیں +

جب یہ اُپدیش ہو جاتا تھا تب منتر بتایا جاتا تھا اور شاگرد کو کہا جاتا تھا" غصہ۔ رنج و مصیبت کے وقت اسکا جاپ ہوتا رہے۔ منتر یہ ہے :-

اگما پائی ہے سنسار
بھرا ہے اس میں بہت بکار
گیانی سمجھیں سارا سار
جڑ چیتن کا کریں بچار
جن میں سمجھ بوجھ نہیں یار
اُن کو جانو نپٹ گنوار
کام کرودھ لوبھ ہنکار
موہ میں بھرے ہمت ہار
اُن پر ہر دم کال کی مار
کبھی نہ سمجھیں گے وہ سار
ہے جو تجھ میں گورو کا پیار
جڑتا سے تو ہو جا نیار
یہ سب جڑ تو چیتن سار
اپنا شانت روپ لکھ یار

آسمان و زمین شانت ہو جا۔ سورج چاند تم میں

شانتی آوے۔ بسپتی تم شانت ہو جاؤ۔ پانی وایو اگنی شانت ہو۔ دیو و انترکش شانت بنو اور میں بھی شانت بن جاؤں۔"

یہ راز تھا۔ یہ شانتی کا منتر تھا۔ یہ نکتہ تھا۔ مگر بدتمیز شاہزادہ نے کہا "واہ! اسی منتر کو بتا کر تم ہماری رعایا کا مال ہڑپ کر جاتے تھے۔ تم ہم کو دھوکا نہیں دے سکتے۔ ہم اس الم غلم کے پھندے میں نہیں پھنس سکتے۔"

بڈھے آدمیوں نے کہا "آپ نوجوان ہیں۔ کم سے کم اتنا تو مان لیجئے۔ ہم میں بھی کچھ سمجھ ہے۔ اس منتر سے یہ کبھی مراد نہیں کہ وہ خود جادو کا اثر رکھتا ہے۔ وہ صرف انسان کے سوچنے کی قوت کو متحرک کرتا رہتا ہے۔ چند سال کے بعد آپ سمجھ جائینگے کہ یہ فضول اور ناکارہ نہیں ہے اسکے عمل سے مصیبتیں دوست بنکر انسان کو پختہ کار بناتی ہیں۔ ورنہ وہ پریشان ہو کر تباہی کے منہ میں چلا جاتا ہے۔ صرف منتر ہی نہیں بلکہ اُپدیش بھی کیسا مفید دیا جاتا ہے۔ جہاں آدمی نے ایک مرتبہ اس راز کو سمجھ لیا۔ پھر وہ کبھی نہیں گھبراتا۔ نہ ذرا ذرا سی کسی کی خفیف الحرکاتی پر غصہ کرتا ہے۔ آپ اس کی بے قدری محض اس وجہ سے کر رہے ہیں۔ کہ یہ آپ کو مفت میں مل رہا ہے۔ ایسا نہ

ہونا چاہیئے۔"

نوجوان بادشاہ کو سخت نفرت ہوئی۔ وہ کہنے لگا تم لوگ بوڑھے ہو گئے۔ تمہاری عقل بھی بڈھی ہے۔ تمکو اپنے آتما پر بالکل بھروسہ نہیں۔ منتر کا ڈھکوسلا بناتے ہو۔ اور دو چار اچھی باتیں لیکر اس میں باطل اعتقادی شامل کرتے ہو۔ میری سلطنت میں کبھی اگیان کی ترقی نہ ہوگی۔ میں منتر جنتر کی جڑ اُکھیڑ کر پھینک دونگا اور کل ہی میں 'سچ' کا اعلان کر دونگا۔"

دوسرے دن تمام شہر میں ہُلڑ مچ گیا کہ بادشاہ اپنے محل کے کوٹھے سے عام آدمیوں کو سچائی کی تلقین کریگا اور بلا اُمیدواری کی تکلیف دئے ہوئے شانتی کے منتر کو بتاویگا۔ اور یہی نہیں بلکہ اس کا پول بھی کھولیگا وقت مقررہ پر محل کے نیچے وہ ہجوم ہوُا کہ جسکی حد نہیں۔ دارالسلطنت کے باشندوں کے علاوہ قرب و جوار دیہات کے باشندے بھی آئے اور بڑی توجہ کے ساتھ شاہی تقریر کے انتظار میں کھڑے ہوئے۔

بادشاہ سلامت بالاخانہ پر تشریف لائے انکو دیکھتے ہی عوام نے خوشی کے نعرے (چیرز) بلند کئے۔ اس طرح تالیاں پیٹیں کہ آدمیوں کے کان بہرے ہو گئے۔ جب بادشاہ کے ہاتھ کے اشارے کو دیکھکر سب خاموش ہو گئے۔ تب آپ بولے "مابدولت آج تم کو شانتی

کا راز بتانا چاہتے ہیں۔ ہماری خواہش ہے ہماری رعایا اپنے اوپر وشواس رکھے اور جب کوئی مصیبت یا تکلیف کا وقت آوے یہ سمجھ لے" یہ سنسار اگما پائی ہے" یہی ایک شانتی کا راز ہے اور کچھ نہیں ٭"

مگر اس کا کچھ بھی سامعین پر اثر نہیں ہوا نہ بادشاہ کو خود اس کی کسی قدر اُمید تھی لیکن وہ یہ نہیں جانتا تھا کہ عوام اُس کی تقریر کی بے عزتی کرینگے۔ جب وہ کہہ چکا ہر چہار طرف سے بڈھوں نے بہ آواز بلند کہا" نہیں یہ غلط ہے۔ اس کی بات کا یقین نہ کرو۔ اس نے تمام مدارج نہیں طے کئے۔ نہ اچھی طرح سب باتیں جانتا ہے۔ یہ صرف منتر کا ایک ... ہے ٭"

بادشاہ نے کہا" یہ لوگ سخت دھوکے باز ہیں۔ صرف تمہاری آنکھوں میں دھول ڈالنا چاہتے ہیں۔ اور تب اُس نے تمام رسم و رواج و پابندیوں کا حال کہہ سنایا۔ اور سارا منتر بھی سُنا دیا ٭

بڈھوں کو جو تکلیف ہوئی بیان سے باہر ہے۔ اُن کے وشواش کا قلعہ ٹوٹ گیا۔ جس بات کو وہ ساری زندگی قیمتی سمجھتے تھے وہ مٹی میں مل گئی۔ بادشاہ نے ایک گھونسا لگا کر اُس قلعہ کو جڑ سے اُکھاڑ دیا۔ سب کو غصہ آ گیا اور عوام نے کہا۔ اس بے رحم و سنگدل

بادشاہ سے بدلہ لینا چاہیئے جس نے ہمارے مذہب کی تحقیر کی اور ہم سے تمسخر کے ساتھ پیش آیا۔ اور سارا ہجوم محل کے دروازوں کو توڑنے لگا۔

محل کے اندر بادشاہ سلامت بند ہو گئے۔ وہ خود متحیّر و خوفزدہ تھے۔ سفید ریش والے مشیروں کی آنکھ سے آنسو جاری ہوئے +

کسی طرح پھر امن و امان ہوُا۔ عوام کو محل میں جانے کا موقع نہیں ملا۔ وہ بے دل۔ بد دل اور پریشان ہو کر اپنے اپنے گھر چلے گئے اور سب کے سب دُکھی رہنے لگے۔ بوڑھوں کو کون کہے نوجوانوں کے چہروں پر رنج کے شکن نمودار ہوئے اور مُلک کی جیسی پہلے حالت تھی پھر وہی ہو گئی۔ اور اُسکا نام "دُکھی دیش" پڑ گیا۔ پھر بادشاہ نے کتنی کوششیں کیں کہ وہی اگلی سی حالت پیدا ہو۔ مگر لاحاصل۔ کسی کو اس پر یقین نہیں آیا +

اُس نے بہت دن تک سلطنت کی لیکن زندگی کے کسی دن کو خوشی نصیب نہیں ہوئی۔ اور نہ اُس کے راج میں کوئی خوش نظر آیا +

ایک دن وہ اتفاق سے شکار کے لئے نکلا۔ کیا دیکھتا ہے۔ ایک سو سوا سو برس کا بوڑھا آدمی اُچھلتا کودتا جا رہا ہے۔ اور خوشی کے گیت بھی گا

رہی ہے۔ بادشاہ کو اپنے لڑکپن کی حالت یاد آئی۔ جب وہ خود خوش تھا اور جب اُسکے بادشاہ کی رعیت بھی خوش تھی ؛

بڈھے کے سر پر بھاری بوجھ تھا۔ مگر وہ خوش تھا۔ اسکا نوجوان لڑکا ساتھ تھا۔ اُس کے منہ پر ہوائیاں اُڑ رہی تھیں۔ بادشاہ نے نوجوان کی طرف مخاطب ہو کہا۔ اس عمر میں بھی یہ بوڑھا خوش ہے۔ اس کا کیا سبب ہے؟ غمزدہ نوجوان لڑکے نے کہا یہ احمق اور اگیانی ہے۔ اسکو اب بھی شانتی کے منتر میں وشواس ہے کیونکہ جب شانتی کے منتر کا پول کھولا گیا تھا یہ بہرہ ہوگیا تھا۔ اور اُس نے بادشاہ کی تقریر نہیں سُنی۔ نہ کسی نے اس سے کچھ کہا۔ نہ اسکو کچھ لکھنے پڑھنے کا شوق ہے ؛

بادشاہ نے گہری سانس کھینچی۔ بڈھے کی نگاہ اُس پر پڑی۔ جُھک کر فرشی سلام کیا اور یہ گیت گاتا ہوا وہاں سے اپنی راہ گیا :-

سیر دنیا کی دم بدم کیجئے
کس کا شکوہ و کس کا غم کیجئے
چند روزہ یہ زندگانی ہے
کس لئے اپنی آنکھیں نم کیجئے

اُس کے گیت کی صدا سے میدان گونج اُٹھا درختوں کے پرند اپنے پر و بال پھڑپھڑاتے ہوئے

چمکنے لگے۔ مگر افسوس! بادشاہ سلامت کی جو کیفیت تھی وہ ناگفتہ بہ ہے!

گورو کی پُتنگوں نے سب کچھ کیا

یہ دنیا عجیب و غریب ہے۔ ذرا اسکو چھیڑ دو پھر یہ گلے کا ہار بن جاتی ہے اور اُس سے چھٹکارا مشکل سے ملتا ہے۔ یہ کبھی مقصد نہیں ہے کہ انسان جھوٹے ویراگ کے زعم میں آکر ترک دُنیا کرے اور لنگوٹی لگا کر جنگل کی خاک چھانتا پھرے۔ بلکہ انسان کو چاہئے کہ وہ اصلیّت کو سمجھ کر خانہ داری کے تعلقات میں رہتا ہوا بھی بے تعلقی کی زندگی بسر کرے۔ ورنہ اگر اُسنے ایک مرتبہ بھی غلطی کھائی اور سچائی کو نہیں سمجھا تو پھر اگیان اپنے سلسلہ میں زبردست جال بنتا جائیگا۔ اور انسان کو بُری طرح پھانس لیگا۔ دنیا کس طرح اپنی زنجیر کی کڑیوں میں اضافہ کرتی رہتی ہے۔ ذیل کے قصہ پر غور کرنے سے بہ آسانی سمجھ میں آجائیگا*

کسی گاؤں میں گنگا کے کنارے سنسان جگہ میں ایک فقیر رہتا تھا۔ ایشور کی بندگی کے سوا اُسکو اور کچھ کام نہیں تھا۔

حرصِ دنیا جل گئی تھی خاک میں
تھا تقدس اُسکی ذاتِ پاک میں

آس پاس گاؤں کے رہنے والے اُس کی تقدیس اور پاکی کی شہرت سُنکر اُس کے پاس آنے لگے ایشور کے بندوں کو وعظ و تلقین کرنا بھی سادھو کی شان کے خلاف تھا۔ گاؤں والوں کے بہ تکرار درخواست کرنے پر آخر اُس نے شام کے وقت ست سنگ کا وقت مقرر کیا۔ جو کوئی آتا۔ اُس کو وہ کتھا سُنایا کرتا۔ چونکہ آدمی سچا تھا۔ بہت لوگوں کی زندگیاں سُدھر گئیں اور وہ شانتی اور پریم کے ساتھ رہ کر ایشور کا بھجن کرنے لگے ؛

جب کچھ دن اس طرح پر گذر گئے۔ سادہو کو تیرتھ یاترا کا شوق پیدا ہوا۔ جب گاؤں والوں کو خبر ملی۔ اُن کو ایک طرح کا رنج ہوا۔ کیونکہ سادھو اُن کے درمیان نہایت ہر دل عزیز بن گیا تھا۔ سادھو کو کم سے کم چار برس باہر رہنا تھا۔ گاؤں والے اُس کے گرد جمع ہوئے۔ اُس نے سب کو دعائیں دیں اور درخواست کی کہ اُس کی عدم موجودگی میں اُس کے نوجوان چیلے کی برابر خبرگیری ہوتی رہے۔ اُس نے یہ بھی کہا کہ چیلا روزانہ تم کو مقدس کتابوں کی کتھائیں سُناتا رہے گا۔ گاؤں والوں نے سادھو کی درخواست خوشی

خوشی سے منظور کی اور وعدہ کیا کہ لفظ بہ لفظ اُس کے حکم کی تعمیل ہوتی رہیگی *

دوسری صبح کا وقت آیا۔ گورو نے اپنی تمام مقدس کتابیں چیلے کے سپرد کیں اور تاکید کے ساتھ کہا: "ان کو چوہوں سے بچاتے رہنا ورنہ ایک ورق بھی ثابت نہ رہیگا" چیلے کو گورو کی جدائی شاق گذری۔ مگر اُس نے یقین دلایا کہ کتابوں کی حفاظت میں جان تک سے دریغ نہ کرونگا *

گورو نے سب کچھ سمجھا بجھا کر تیرتھ یاترا کے لئے کوچ کر دیا۔ اور چیلا اُسی وقت سے کتابوں کی حفاظت و نگرانی کی طرف متوجہ ہوا۔ غریب رات بھر ہاتھ میں لکڑی لئے ہوئے کتابوں کی نگرانی کرتا رہا۔ پلک سے پلک نہیں لگنے پائی *

دوسری شام کو گاؤں کے باشندے کتھا سننے کے لئے اکٹھا ہوئے مگر چیلے کی حالت خراب تھی۔ رات کی بیداری نے اُسکو پریشان کر رکھا تھا۔ جب سبب پوچھا گیا اس نے کہا گورو کا حکم ہے۔ کتابوں کی حفاظت کی جائے۔ میں چوہوں کے خوف سے ساری رات جاگتا ہی رہ گیا *

گاؤں والوں نے کہا: "خیر کچھ مضائقہ نہیں۔ ہم تم کو ایک ہوشیار بلی لادینگے اور اُس کے خوف

سے چوہے کتابوں کو نقصان نہ پہنچا سکیں گے"۔
بلّی آ گئی ۔ چوہوں کی طرف سے تو اطمینان ہو گیا مگر اب بلّی کے دودھ کی فکر دامنگیر ہوئی ۔ تب گاؤں والوں نے پھر مشورہ کیا ۔ آخر یہ رائے قرار پائی کہ اس کو ایک دودھ دینے والی گائے خرید دینی چاہیئے تاکہ بلّی بھوکی نہ رہے اور وہ چوہوں سے کتابوں کی حفاظت کر سکے"۔

مگر یہ چیلا بھی عجیب دھن کا آدمی تھا ۔ اُس نے سُن رکھا تھا کہ گائے قابلِ پرستش ہے یہاں تک کہ جب ماں کا دودھ نہیں ہوتا تب گائے اپنا دودھ پلا کر انسان کے بچّے کی پرورش کرتی ہے ۔ گائے کرشن بھگوان کو پیاری تھی وہ اسی وجہ سے "گوپال" کہلاتے تھے ۔ اور اپنے لڑکپن کے زمانے میں گایوں ہی کے چرانے میں مصروف رہتے تھے ۔

یہ سب باتیں اُس کو خوب یاد تھیں ۔ جب اُس کو کتابوں کی طرف سے اطمینان ہو گیا ۔ بلّی کو دودھ ملنے لگا تو اب گائے کی حفاظت و پرستش کا مزید خیال پیدا ہوا ۔ یہاں تک کہ اب بھی اُس کو شام کے وقت کتھا سُنانے کا وقت نہیں ملتا تھا ۔

گاؤں والے سخت پریشان ہوئے ۔ بچارے روز سادھو کی کُٹیا میں آتے ۔ مگر اُپدیش سننے سے محروم

رہتے - پھر اُن کی پنچایت ہوئی اور ایک شخص نے سچی ہمدردی کے لہجہ میں کہا " یہ چیلا گائے کا اتنا خیال رکھتا ہے - یہ ہی دھرم کا انگ ہے - بہتر ہے برندا اس کے حوالے کر دی جائے تا کہ وہ گائے کی نگرانی کیا کرے - اور اُس کو شام کے وقت کتھا سُنانے کا موقع ہاتھ آ جایا کرے *

بات معقول تھی سب نے پسند کی - اور چیلے کی خدمت کے لئے برندا نامی ایک یتیم لڑکی بلا دی گئی اس لڑکی کا چیلے کے گھر آنا تھا کہ اُس کے تفکرات کا خاتمہ ہو گیا - ہر طرف رونق برسنے لگی - برندا کے ہاتھ میں جادو تھا - اُس کے اشارہ کرتے ہی گائے پیار و محبت کے ساتھ دوڑتی چلی آئی - جھونپڑے کے ارد گرد جا بجا قرینہ کے ساتھ تلسی - گیندا اور چنبیلی کے درخت لگ گئے - صبح سے شام تک وہ مصروف رہتی اور کیا مجال کہ کسی کو ذرا بھی اسکے کام میں نکتہ چینی کرنے کا موقع ہاتھ آتا *

کچھ دنوں تک تو چیلہ خوشی کے ساتھ گاؤں والوں کو کتھا سناتا رہا - مگر اُسکی حالت میں خاص قسم کی تبدیلی آ گئی - وہ اکثر رات کے وقت جھونپڑے کے باہر بیٹھا ہوا چاند کو دیکھا کرتا - اس کا دل پریشان خیالوں سے بھرا رہتا - مگر غریب کو اتنی عقل نہیں تھی کہ اس

بے چینی کا سبب جانتا۔ دل کی حالت کچھ کی کچھ ہو گئی۔ گورو نے جو کچھ گیان و دھیان کی باتیں بتائی تھیں سب اس طرح کافور ہو گئیں جیسے ہوا کے جھونکوں سے آسمان کے بادل دم کے دم میں نظروں غائب ہو جاتے ہیں۔ وہ مقدس کتابوں کو پڑھنے کے لئے ہاتھ میں لیتا۔ مگر دل کسی اور فکر میں لگا رہتا۔ یہاں تک کہ رفتہ رفتہ جس طرح جھونپڑے کی رونق بڑھتی گئی اسی طرح اس کے چہرے پر اُداسی اور بےچینی کے آثار نمایاں صورت میں نظر آنے لگے +

کئی ہفتے گذر گئے۔ گاؤں والوں نے دیکھا۔ برندا نے نوجوان کے دل کو فریفتہ کر لیا ہے اور وہ روز بروز دُبلا پتلا ہوتا جا رہا ہے +

آخر گاؤں والے پھر اکٹھا ہوئے اور چیلے کی حالت پر غور کرنے لگے۔ دیر تک گفتگو کرنے کے بعد ایک شخص نے یہ تجویز پیش کی کہ "برندا کے ماں باپ نہیں ہیں۔ بیچاری یتیم ہے۔ چیلا بھی براہمن ہے اور اسی کی ذات کا ہے۔ سادھو ہم کو اس لڑکے کا سرپرست بنا گیا ہے کیا وجہ ہے ہم اس کی شادی نہ کر دیں۔ اُسوقت وہ خوش رہے گا۔ اور اسکے تفکرات کا خاتمہ ہو جائیگا +

نتیجہ یہ ہؤا کہ کمسن برندا چیلے کی جورو ہو گئی اور

وہ اس حیثیت میں گاۓ کی پرداخت کرنے لگی۔ جو بلّی کے دودھ کیواسطے خریدی گئی تھی۔ اور بلی چوہوں سے کتابوں کی حفاظت کرتی رہی +

سادھو کو تیرتھ یاترا میں چار برس لگے۔ اُسنے بہت سے مقامات کی سیر کی۔ آخر گھوم پھر کر وہ پھر اپنی جگہ پر واپس آیا۔ جب وہ دریا کے کنارے پہنچا وہاں کچھ اور ہی گل کھلا ہؤا تھا۔ نہ وہ جھونپڑا تھا نہ وہ پہلی سادگی تھی۔ اُسکی جگہ ایک نیا مکان تعمیر ہو گیا تھا۔ جس کی وضع سے معلوم ہوتا تھا۔ کہ یہ کسی گرہستی کا گھر ہے +

سادھو کو سخت تعجب ہؤا۔ اُس نے مالکِ مکان کو آواز دی۔ ایک جوان شخص باہر آیا۔ جسکے جسم پر برہمچاریوں کا لباس تک نہیں تھا۔ ایک لڑکا اُسکی گود میں تھا۔ اور دوسرا ساتھ تھا۔ انکی شکل و صورت برندا کی سی تھی۔ ویسی ہی آنکھیں ویسی ہی ناک وہی گڑھت وہی سب کچھ +

سادھو کو دیکھکر چیلا خوف سے کانپنے لگا۔ اُس کو برہمچاری کی پرتگیا یاد آئی۔ اور گورو نے جو کچھ تعلیم پہلے دے رکھی تھی سب کا از سرِ نو خیال پیدا ہؤا۔ کیا تھا کیا ہو گیا۔ چلے تھے پرمارتھ کمانے اور بن گئے دنیا کے کتے۔ گھبرا کر وہ گورو کے

پاؤں پر گرا اور کہنے لگا۔ مہاراج! میرا ذرا بھی قصور نہیں ہے۔ یہ سب آپ کی کتابوں کی وجہ سے ہے۔ کتابوں کو چوہوں کے صدمہ سے بچانے کے لئے بلّی منگائی گئی۔ بلّی کے دودھ کے واسطے گائے آئی۔ گائے کی نگرانی کے خیال سے گاؤں والے برندا براہمنی کو لائے اور میں نے مجبوراً اپنی اخلاقی حالت کے درست رکھنے کی نظر سے اُس کیساتھ شادی کر لی۔ یہ لڑکے اُس شادی کے نتیجے ہیں۔ مہاراج! یہ سب آپ کی کتابوں کی وجہ سے ہے۔ اس لئے معاف کیجئے"

یہ قصّہ ہے۔ ممکن ہے صحیح ہو یا غلط۔ مگر حقیقت کے سمجھنے میں اس سے کتنی مدد ملتی ہے۔ اسی طرح دنیا کے جھمیلے بڑھ جاتے ہیں۔ ایک بندھن دوسرے بندھن کے پیدا کرنے کا سبب ہو جاتا ہے۔

بیتھا یوگیہ برتاؤ

جو دولت سے کام لینا جانتے ہیں۔ دولت اُنکے لئے برکت ہوتی ہے جو اس سے مناسب برتاؤ نہیں کرتے اُن کے واسطے لعنت کا طوق بن جاتی ہے

یہی حال دُنیا کی تمام چیزوں کا ہے۔ اگر تم عورت کیساتھ بھی مناسب برتاؤ کرنا نہیں جانتے تو ہمیشہ دُکھی رہوگے۔ حسد۔ بغض کے شکار ہوگے اور اگر سلوک کرنے کے راز کو سمجھ گئے ہو تو وہی استری تمہاری محبت میں چتا پر جلنے کے لئے تیار رہیگی +

"سادھو" لفظ کا مطلب یہ کبھی نہیں ہے۔ کہ آدمی لنگوٹی لگا کر جنگل کی خاک چھانتا پھرے۔ سادھو آج کل اگر کہیں ہیں بھی تو صرف گرہستیوں میں ہیں اور یہ وہ لوگ ہیں جو یتھا یوگیہ برتاؤ کرنا جانتے ہیں +

قصہ ہے کہ کسی زر پرست کو لکشمی کی بڑی خواہش تھی۔ اُس نے ہزاروں جتن کئے مگر لکشمی نہیں ملی۔ آخر ایک سادھو کے پاس گیا اور اُس کی خدمت کرنے لگا۔ سادھو اُس کی خدمت سے خوش ہو کر کہنے لگا۔ "بیٹے! تو کیا چاہتا ہے؟" اس کو کہنا چاہیئے تھا کہ لکشمی چاہتا ہوں۔ مگر قسمت کی بات زبان سے یہ نکلا۔ کہ لکشمی کا درشن چاہتا ہوں"۔ سادھو ہنسا +

تدبیر کند بندہ تقدیر زند خندہ

اُس نے کہا۔ بہت اچھا۔ کل آدھی رات کے وقت فلاں پیپل کے درخت کے تلے جانا۔ تجھ کو لکشمی کا درشن ہو جائیگا"+

وقت مقررہ پر یہ شخص جنگل میں پیپل کے درخت

کے تلے پہنچا۔ دیکھتا کیا ہے۔ ایک نہایت نورانی۔ شاندار مخلوق کھڑی ہوئی ہے۔ اُس نے سمجھا۔ "یہ لکشمی دیوی ہے" پاس جا کر پرنام کیا اور دیر تک اس کو دیکھتا رہا۔ لکشمی نے کہا "اب تو نے میرا درشن کر لیا؟" اس وقت اُس کو اپنی نادانی یاد آئی۔ پچھتانے لگا۔ مگر اس سے کیا ہو سکتا تھا۔ آخر سوچ سمجھ کر جواب دیا "ہاں درشن تو آپکے ہو گئے۔ مگر ایک سوال باقی ہے۔ اُس کا جواب دیجئے۔ تا کہ میری تسلی ہو جائے" لکشمی نے پوچھا "وہ کیا ہے؟" اُس نے کہا "میں دیکھتا ہوں آپ کا تمام جسم روشن ہے۔ جسم کی روشنی صاف شفاف اور سفیدی مائل ہے۔ مگر پیشانی اور پاؤں سیاہ ہیں۔ وہاں سے نیلی روشنی سیاہی مائل خارج ہو رہی ہے؟"

لکشمی نے مُسکرا کر جواب دیا۔ اس کا سبب یہ ہے کہ میں اپنا ماتھا ایسے صاحب دل مہاتماؤں کے پاؤں میں رگڑا کرتی ہوں۔ جن میں سے ایک نے تجھ کو میرے پاس بھیجا تھا۔ مگر وہ کام لے کر مجھ کو دُور ہی کرتے رہتے ہیں۔ اس وجہ سے یہ ماتھا سیاہ ہے پاؤں کی سیاہی کا سبب یہ ہے کہ تمہارے ایسے بدنصیب میرے پاؤں پر اپنا ماتھا رگڑتے ہیں۔ کہ میں ہمیشہ تمہارے پاس رہوں۔"

یہ کہہ کر لکشمی نظروں سے غائب ہو گی اور تمام جنگل میں اندھیرا چھا گیا۔ یہ شخص حیران و پریشان ہو کر اپنے گھر کو واپس آیا ❊

یہ محض قصّہ ہے۔ مگر نصیحت سے خالی نہیں ہے نادان دنیا پرست جو مناسب برتاؤ کے راز کو نہیں جانتے ہر چیز کو خواہ مخواہ اپنے گلے کا ہار بنانا چاہتے ہیں۔ اُن کے بندھن کا سامان باہر سے نہیں آیا۔ خود اُن کا ایجاد کردہ ہے مگر یہ پھر بھی خواہ مخواہ شور مچاتے ہیں۔ اور اپنے اعمال کی طرف نگاہ نہیں رکھتے ✦

نہ باید بستن اندر چیز و کس دل
کہ دل برداشتن کارے ست مشکل

لڑکے بالے۔ عورت۔ دولت۔ شہرت۔ نیکنامی سب عارضی اور ناپائدار چیزیں ہیں۔ جب تک مُیسّر ہیں پرماتما کا نام لے کر اُن کا مناسب استعمال کرو کبھی تم کو رنج و غم نہ ہوگا۔ اور اگر محمّد شاہ رنگیلے کی طرح ان کو اپنے اوپر سوار کرتے ہو تو نادر شاہی کوڑا پیٹھ پر پڑے گا۔ اور یہی چیزیں سانپ بنکر ڈس لیں گی ✦

جو شخص "یتھا یوگیہ برتاؤ کرنا جانتا ہے وہی در اصل انسان ہے۔ اور اُسی کے لئے انسانیت

کا نار کرنا بجا ہے۔ باقی اور سب لوگ انسان
بصورت حیوان ہیں +

جادو کی حیرت انگیز کتاب

یعنی

یورپ کا مداری عُرف خزانہ طلسمات پڑھیئے قیمت ۱۲؍

باہتمام لالہ موتی رام مینجر مفید عام پریس واقع چیٹر جی روڈ لاہور میں چھپی - اور
لالہ رام دتہ مل اینڈ سنز بک سیلرز لوہاری گیٹ نے شائع کی +

اوم مرن جنم کے پھندے سے موکھش پانے اور اوم
کوٹاں کوٹ پاپوں کو چھن بھر میں گیان اگنی سے جلانیوالے
"مریادا پرشوتم شری بھگوان رام چندر جی مہاراج"
کے رُوحانی ارشادات اور سوانح حیات کا مکمل گیان یعنی

کتاب مُوسُومہ

"رامائن بالمیکی مُجلّد سُنہری"

جس کو سچے رام بھگت اور علم وادب کے آفتاب شہرتِ ملک الشعرا مُنشی دوارکا پرشاد صاحب اُفق لکھنوی نے اس انداز قابلیت کے ساتھ سلیس اُردو زبان میں ترجمہ کیا ہے کہ جس سے ہر اُردو دان ہندو ناظر کے لئے اس کا پڑھنا آسان ہوگیا ہے۔ کتاب کا حجم بارہ سو چوبیس (۱۲۲۴) صفحات پر مشتمل ہے جس کا کاغذ عمدہ دلفریب اور لکھائی چھپائی دیدہ زیب ہے۔ ان سب خوبیوں کے باوجود قیمت صرف تین روپے محصولڈاک بذمہ خریدار۔ نئی نسل کے آزاد خیال ہندو نوجوانوں بڑے بوڑھوں اور دیگر ہر عمر وسن کے ہندو بھائیوں کو یہ رُوحانی کتاب انتہائی جذبہ عقیدت ومحبت کے ساتھ پڑھنی چاہیے اور بلا تاخیر آج کی پہلی ڈاک میں طلب کرنی چاہیے ؛

ہندوستان کی تہذیب وتمدن اور قدیمی شان
اگر تاریخ کی آنکھ سے دیکھنا چاہو تو

کتاب موسُومہ

"ٹاڈ راجستھان مُکمّل مُجلّد سُنہری"

منگا کر پڑھنی چاہیے تاریخی لحاظ سے یہ کتاب اعلےٰ پایہ عظمت رکھتی ہے اور دنیا کی مشہور لائبریریوں میں اس کا فیض مُطالعہ جاری ہے۔ ہر ہندو بھائی کو اپنی قوم کی عزت وحرمت۔ شجاعت۔ دولت۔ قربانی۔ ایثار اور جوش ہمت کے پُرصداقت واقعات سے بہرہ ور ہونا چاہیئے۔ جناب اُفق صاحب لکھنوی نے اسکے اُردو ترجمہ میں فی الحقیقت کمال کر دیا ہے۔ کتاب ۲۰۶۰ صفحات پر مشتمل ہے۔ اور دو خوبصورت سُنہری جلدوں میں مکمل ہے۔ لکھائی چھپائی دیدہ زیب اور کاغذ نفیس دلفریب ہے۔ قیمت صرف سات روپے۔ محصُول ڈاک بذمہ خریدار ؛

اوم سولہ ۱۶ کلا سمپُورن شری کرشن بھگوان نے او
جو رُوحانی فلسفہ گیان حضرت انسان کو اپنی
منوہر مُرلی میں گا کر سُنایا تھا

کتاب مُوسُومہ

"مہابھارت اُردو مجلد سُنہری"

بزبانِ اُردو منگا کر مُطالعہ کیجیئے چشم حقیقت کھُل جائیگی۔ اور رموز روحانیت کو سمجھنے کی طرف طبیعت خود بخود مائل ہونے لگیگی۔ سناتن دھرم کے سچے پریمی اور نثر ونظم کے بادشاہ منشی دوارکا پرشاد صاحب اُفق لکھنوی نے ۱۸۶۰ صفحات کی طویل ضخامت میں مہابھارت کی تاریخی وروحانی جنگ کو اس خوش ادائی کے ساتھ لکھا ہے کہ پنجاب گورنمنٹ کو بھی بے تحاشا فاضل مُترجم کو گرانقدر انعامات سے سرفراز کرنا پڑا۔ اِس مہابھارت کے مکمل اٹھارہ پرب کا ترجمہ آچکا ہے۔ جس کا ہر شخص مداح وثناخواں ہے۔ کتاب دو خوبصورت سُنہری جلدوں پر مشتمل ہے۔ قیمت ہر دو جلد مبلغ سات روپے محصولڈاک بذمہ خریدار۔ لکھائی چھپائی دیدہ زیب اور کاغذ نفیس دلفریب ہے

کاشمیر دیش کی مفصّل ومکمل پرانی تاریخ یعنی

کتاب موسُومہ

"راج ترنگنی یعنی تاریخِ کشمیر مکمّل"

ہر تاریخ دان انسان کی میز پر ہونی چاہیئے۔ لاکھ جتن سے اِس تاریخی کتاب کا اُردو ترجمہ کیا گیا ہے۔ یہ نایاب وانتخاب لاجواب کتاب جو آج سے پچاس سال قبل دو لاکھ روپیہ پر میسر نہ آتی تھی اب بقلم ترجمہ مکمل صرف آٹھ روپے میں فروخت ہو رہی ہے منگا لیجیئے۔ کتاب طویل ضخامت پر مشتمل اور ہر کسی سے مطالعہ عمل کے قابل ہے۔ لکھائی چھپائی دیدہ زیب اور کاغذ نفیس دلفریب ہے قیمت صرف آٹھ روپے۔ محصول ڈاک بذمہ خریدار ؛

ملنے کا پتہ:- رامدتامل اینڈ سنز تاجرانِ کُتب اندرون لوہاری دروازہ لاہور